No. 6

॥अथयोगचिंतामणीप्रारंभः॥

LIBRARY OF THE BOMBAY BRANCH OF THE ROYAL ASIATIC SOCIETY

॥श्रीगणेशायनमः॥ ॐ नमोनागवक्त्रायदक्षिणामूर्त्तयेनमः॥ ॥नमोगुरुभ्योदेविभ्यो योगिभ्योहरयेनमः॥ नित्यंसूक्ष्मतरंचिदेकरसकंमुक्तेर्विभुद्वंशिवं निर्द्वंद्वाखिलकल्पनाशकृतिधि रोगम्यंत्रमाणोल्लिखितं॥ पूर्णधामबहीकृतास्कमनसः पश्यंतियद्योगिनः सांद्रानंदमुपास्म हेतदनिद्रांस्वात्मत्रकाशंमहः॥ मायागाढमहांदुरत्ययतमोमार्त्तंडकोटिप्रभः संसाराख्ययु गांत---तदापूर्णेंदुकः॥ दुःखांभोदयुगांतचंडपवनः कारुण्यलावण्यभूर्म्याऽन्मेनिरिला र्थबोधनकरः श्रीदक्षिणामूर्त्तिकः॥ द्विघ्नौघतूलानलसंनिकाशंचिंत्यार्थचिंतामणिचारु मूर्त्तिम्॥ ब्रह्मान्मुनेश्चादिसमर्च्चितांघ्रिंनमामिलंबोदरमुग्रवीर्य्यं॥ श्रीव्यासयतिशंकरंभवगु रुंश्रीरामचंद्रंगुरुंसरानंदपदांबुजंचसकलान्नत्वाहियोगीश्वरान्॥ नानाग्रंथपयोधिमध्यप तितंश्रीयोगचिंतामणिंनिःश्वेषार्थसमर्थकंयतिशिवानंदःकरोतिस्फुटं॥ योगस्तुनिर्विकल्प कसमाधिरेव॥तथाचाहपतंजलिः॥ योगश्चित्तवृत्तिनिरोधइति॥ मनोवृत्तीनांबाह्यार्थाभिमु खानांनिरोधपूर्वकंचित्तस्यद्रष्टाकारतयावस्थानंसनिरोधाख्योनिर्विकल्पसमाधियेगिइत्यु च्यते॥ व्याकरणे॥ युजसमाधाविति॥ वाशिष्ठेपि॥ द्वौक्रमौचित्तनाशाययोगोज्ञानंचराघव॥ योगस्तद्वृत्तिनिरोधंस्याज्ज्ञानंसम्यङ्निरीक्षणमिति॥ कूर्मपुराणे॥ ईश्वरोक्तिः॥ मय्येकचित्तता योगोवृत्त्यन्तरनिरोधतः॥ शून्यंसर्वंनिराभासंस्वरूपंयत्रचिंत्यते॥ अभावयोगःसंप्रोक्तोयेना

त्मानंप्रपश्यति॥ यत्रप्रपश्यतिश्चात्मानंनित्यानंदंनिरंजनं॥ सोमेकंतुपरोयोगोभाषितःपारमेश्व रइति॥ आदित्यपुराणेपि॥ योगात्संजायतेज्ञानंयोगोमप्येकचित्ततेति॥ योगबीजे॥ देव्युवाच॥ योगःकथ्यतेदेवयोगाभ्यासोपिकीदृशः॥ योगेनावाभवेत्किंचत्तत्सर्ववदशंकर॥ ईश्वरउवाच॥ योऽपानेप्राणसंयोगोयोगिनःस्वरजोरतसोस्तथा॥ सूर्य्यचंद्रमसोर्योगजीवात्मपरमात्मनोः॥ एवंतु द्वंद्वजात्मसंयोगोयोगउच्यतेइति॥ अत्रजीवात्मपरमात्मनोरेवनिर्बीजसमाधिलक्षणः संयोगोयोगउच्यतेऽन्यत्तुतदंगभूतावेतिद्रष्टव्यंविस्तरेणवक्ष्यते॥ स्कंदपुराणेऽपि॥ हीनंम नःकृत्वासेत्रज्ञेपरमात्मनि॥ एकीकृत्यविमुच्येत्तयोगयुक्तःसउच्यते॥ बहिर्मुखानिसर्वाणिकृ त्वाक्षण्यंतराणिवै॥ मनसैवेंद्रियग्रामंमनश्चात्मनियोजयेत्॥ सर्वभावविनिर्मुक्तंसेत्रज्ञंब्रह्मणिन्यसेत्॥ एतज्ज्ञानंचयोगश्चशेषोऽन्योग्रंथविस्तरः॥ संयोगोस्त्वात्ममनसोर्योगइत्यभिधीयते॥ प्राणापानसमायोगोयोगइत्यपिकेचन॥ विषयेंद्रियसंयोगोयोगइत्यथपंडिते रिति॥ प्राणायामस्यसर्वयोगज्ञास्त्रेषुयोगांगत्वेनप्रसिद्धत्वान्नयोगत्वंअत्रएवइत्यपिकेचने तिमतांतरोपन्यासोत्वरसोद्भावनार्थमेव॥ विषयेंद्रियसंयोगेननाडानुसंधानभ्रूघ्राणादिनि रीक्षणमग्निप्रेनंएतैरपिसमाधिसंभवस्यपतंजल्यादियोगिभिरुक्तत्वात्विस्तरेणचवक्ष्यते॥ वि ष्णुपुराणे॥ योगस्वरूपंखाद्विक्ष्यूयतांगदतोमम॥ यत्रस्थितोनच्यवतेब्रह्मतत्त्वयोमुनिः॥ आ त्मप्रयत्नापेक्षाविशिष्टायामनोगतिः॥ तस्याब्रह्मणिसंयोगोयोगइत्यभिधीयते॥ एवमत्यंतवै

Digitized with financial assistance from the Government of Maharashtra on 11 June, 2017

शिष्ययुक्तधर्मोपलक्षणः॥ यस्ययोगः सवैयोगीमुमुक्षुरभिधीयते॥ अयमर्थः॥ पराक्प्रव
णस्यविषयाभिमुखप्रयतिशीलस्यान्तःकरणस्यविषयेभ्योनिवर्त्यप्रत्यक्मुखीकरणात्प्र
यत्नसापेक्षाविशिष्टाजीवरूपेणव्यावृत्तामनसाकरणभूतेनोसादित्यायागतिज्ञानिंतस्यागत
ब्रह्मणिविषयेयश्चसंयोगोजीवस्यब्रह्माभेदचिंतनात्ससंप्रज्ञातलक्षणः समाधिः। उक्तइतिहूयो
र्थः॥ तृतीयार्थस्तएवंभूताभ्यासशालिनोविघ्नारमपरेअब्रह्मणिमनःप्रलयरूपायतनवैशिष्ट्य
युक्तयोगधर्मोपलक्षणश्चयस्ययोगिनोयोगोभवतिससाक्षान्मोक्षसाधनयोगाभ्यासशालिता
छास्त्रेषुमुमुक्षुरित्यभिधीयतेअनेनसंप्रज्ञातलक्षणः समाधिरुक्तः॥ पद्मपुराणे॥ युजिरयोगे
त्वयंधातुर्गत्तिः काष्ठांपरांस्थितिं। सानस्ययुज्यतेयस्मात्तस्माद्योगीसउच्यते॥ परांस्थितिंजीवब्रह्म
णोरद्वैतसाक्षात्काराख्यांगतः प्राप्तोधातुर्नानुतयोयोगमात्रंसास्थितिस्तस्याद्वैताभ्यासशालिनोयु
ज्यतेयतः सास्थितिर्युज्यतइतिव्युत्पत्त्यायोगउच्यतेअनेनासंप्रज्ञातसमाधिरुक्तः॥ तथा॥ तत्रैव
निरोधोमनसः सयोगोयोगिनांमतः अनेननिर्विकल्पकउक्तः॥ याज्ञवल्क्यः॥ ज्ञानंयोगात्समंविद्धि
योगश्चाष्टांगसंयुतः। संयोगोयोगइत्युक्तोजीवात्मपरमात्मनोरिति॥ अनेनमनःप्रलयाप्रलयल
क्षणोसंक्षेपतःसंप्रज्ञातासंप्रज्ञातायुक्तौ॥ स्मृतौविष्णुधर्मे॥ परेणब्रह्मणासार्द्धमेकत्वंयन्न्यपासनः
सएयोगोविख्यातः किमन्यद्योगलक्षणं॥ स्वदेहारंभकस्यापिकर्मणः संक्षयावहः॥ योयोगः पृथि
वीपालाश्रुणुतस्यापिलक्षणंमम॥ यत्तद्ब्रह्मपरंयोक्तंविष्वारंभुद्भवमव्ययं॥ चेतसः प्रलयस्तत्रयोग

रित्यभिधीयते॥ योगजेनाबोधेनप्रलीनेनत्रचेतसि॥ पुरुषः करणाभावाद्दृश्यैवानुपपद्यते॥ प
रमात्मनोर्मनुष्येन्द्रविभागोज्ञानकल्पितः। क्षयेतस्यात्मपरयोर्विभागाभावएवहि॥ परमात्मात्मनो
र्योयमविभागः परंतप॥ सएवतुपरोयोगः समासात्कथितस्तव॥ अत्रपरेणब्रह्मणेत्यादिनासंप्रज्ञा
तलक्षणः समाधिरुक्तः॥ देहारंभकस्येत्यादिनाःसंप्रज्ञातलक्षणः समाधिरुक्तः॥ ननुयमनियमा
सनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधयोष्टावंगानियोगस्येत्यादिसर्वयोगशास्त्रेषुसमाधे
र्योगांगत्वेनगणितत्वाद्योगः कश्चिदन्यएवप्रतीयतइतिचेन्न सत्यं॥ समाधिर्हिद्विधोक्तः॥ संप्रज्ञाता
संप्रज्ञातभेदात्॥ तत्रासंप्रज्ञातसमाधेः संप्रज्ञातसमाधिरंगं॥ अत्रांगांगिव्यवस्थाकृतापातंजले॥
धारणादीनांत्रयाणांसाक्षादुपकारकत्वेनांतरंगत्वमुक्तं॥ यमादीनांतुपंचानामपिप्रतिपक्षभूतहिंसा
दिवितर्कोन्मूलनद्वारेणसमाध्युपकारकत्वाद्बहिरंगत्वंमू॥ तत्राप्यासनादीनामुत्तरोत्तरमुपकारकत्वं॥
ससासनजयेप्राणस्थैर्यमित्यादि॥ तथाधारणाध्यानयोः संप्रज्ञातसमाधिनिष्पादकतयेतरंगापे
क्षयांतरंगत्वेप्यसंप्रज्ञातास्यंनिर्बीजसमाधिंप्रतिपारंपर्येणोपकारकत्वाद्बहिरंगत्वं॥ त्रयमंतरंगं
पूर्वेभ्यः॥ तदपिबहिरंगंनिर्बीजस्येतिसूत्राभ्यां॥ वासिष्ठयाज्ञवल्क्यौतुयमादीनांचतुर्णांबहिरंगत्वं॥
प्रत्याहारादीनांचतुर्णामप्यंतरंगत्वमाहतुः॥ याज्ञवल्क्यः॥ आदौचत्वारिबाह्यानितदन्यांन्यांन
राणिवै॥ उक्तान्येतानिचत्वारियोगांगानिवरानने॥ वसिष्ठः॥ प्रत्याहारादिचत्वारिशृणुष्वाभ्यंतरा
णिचइति॥ अत्रेदंज्ञेयं॥ यमादीनिध्यानांतानिउत्तरोत्तरोपकारकत्वेनसंप्रज्ञातसमाधिसंपादक

त्वेनबहिरंगानिनिर्बीजसमाधेः संप्रज्ञातसमाधिरेवांरंगमिति॥ सम्यक्प्रकर्षेणसंशयविपर्ययानध्यवसायरहितेनभाव्यस्यस्वरूपंयेनससंप्रज्ञातः समाधिर्भावनाविशेषः। भावनाविशेषो यस्येतिससंप्रज्ञातसमाधिरुक्तः॥ सचवितर्कादिभेदाच्चतुर्विधः। सवितर्कः सविचारः सानंदः सास्मितश्चेति॥ तथाचभगवान्पतंजलिः॥ वितर्कविचारानंदास्मितारूपानुगमात्संप्रज्ञातइति॥ भावनाचविषयांतरपरिहारेणभाव्यस्यचेतसिपुनः पुननिवेशनं॥ भाव्यंतुतद्विविधं ईश्वरः॥ तत्वानिच॥ तत्वान्यपिद्विविधानि॥ जडानि॥ अजडंच॥ जडानिचप्रकृतिमहदहंकारैकादशेंद्रियपंचतन्मात्रपंचभूतभेदाच्चतुर्विंशतिः॥ संक्षेपतस्त्रिप्रकृतिरेवयाईश्वरशक्तिरितिमायेतिचोच्यतेदेवात्मशक्तिंस्वगुणैर्निगूढांमायांतुप्रकृतिंविद्यान्मायिनंतुमहेश्वरमित्यादिश्रुतिषु॥ अजउः पुरुषः जडान्यपिद्विविधानिस्थूलानिसूक्ष्माणिच॥ तत्रयदाग्रथमंस्थूलानिमहाभूतेंद्रियाणिविषयतेनादायभावनाक्रियतेपूर्वापरानुसंधानशून्योल्लेखसंभेदेननदासवितर्कसंज्ञितः समाधिर्भवति॥ पूर्वापरानुसंधानशून्योल्लेखरहितेनचेत्तदानिर्वितर्कसंज्ञितः। तथासूक्ष्मान्तःकरणविषयमालंब्यदेशकालधर्मविछिन्नाभावनाचेत्तदासविचारसंज्ञितंस्तदलविछिन्नाधर्मिमात्रविषयाचेत्तदानिर्विचाराख्यः समाधिरयंग्राह्यसमापत्तिरित्यप्यभिधीयते। यदारजस्तमोलेशानुविद्धसत्वांतःकरणसत्वंभाव्यतेतदागुणभावाच्चितिशक्तेःसुखप्रकाशमयसत्वस्योद्रेकात्सानंदाख्यः समाधिर्भवति॥ एतन्मात्रधृतयश्चविदेहाइत्युच्यते। अयंचग्रहणसमापत्तिरित्युच्यते॥ अतः परंरजस्तमोलेशा॥ ३

नभिभूतंशुद्धसत्वमालंबनीकृत्यायावर्त्ततेभावनातस्यांग्राह्यस्यसत्वस्यन्यूनभावाच्चितिशक्तेरुद्रेकात्सत्तामात्रविशेषत्वेनसमाधिः सास्मितइत्युच्यते॥ नचाहंकारास्मितयोरभेदः द्वा---य॥ यत्रांतःकरणमहमित्युल्लेखनविषयान्वेदयतिसोहंकारोयत्रत्वंतर्मुखतयाप्रतिलोमपरिणामेनप्रकृतिलीनेचेत्तसिसत्तामात्रमवभातिसास्मितइति॥ एतन्मात्रधृतयश्चविदेहाइत्युच्यते॥ येतुपरंपुरुषंज्ञात्वाभावनायांप्रवर्त्तन्तेषामियंविवेकख्यातिर्गृहीतृसमापत्तिरित्युच्यते॥ चेतनरूपस्वायंसंप्रज्ञातसमाधिः॥ सविकल्पइतिसबीजइतिनिदध्यासनमित्याद्यैर्यपदिश्यतेयोगशास्त्रेषु॥ असंप्रज्ञातसमाधेर्लक्षणमाहभगवान्पतंजलिः॥ विरामप्रत्ययाभ्यासपूर्वः संस्कारशेषोन्यइति॥ अस्यार्थः॥ विरम्यतेऽनेनेतिविरामोवितर्कादिचित्तत्यागोविरामश्चासौप्रत्ययश्चेतिविरामप्रत्ययस्तस्याभ्यासः पौनःपुन्येनचेतसिविवेज्ञानं॥ तत्रयाकाचित्तवृत्तिरुल्लसतितस्यानेतिनेतिनैरंतर्येणपर्य्युपानंतपूर्वकः समाधिसस्कारशेषोन्यस्तद्विलक्षणोसंप्रज्ञातसमाधिरित्यर्थः॥ नतत्रकिंचित्संप्रज्ञायतइतिअसंप्रज्ञातसमाधिः॥ अयंचनिर्बीजइतिनिर्विकल्पइतिनिरालंबइतिराजयोगइतिचोच्यते॥ राजयोगे॥ वामदेवउवाच॥ भगवन्देवदेवेशपरमानंदसुंदर॥ त्वत्प्रसादान्मयाज्ञातः पूर्वयोगः सविस्तरः॥ अपरः कस्तमाख्याहिभवतायउदीरितः॥ महादेवउवाच॥ बहिर्मुखान्वितः पूर्वविहियोगश्चतन्मयः॥ अंतर्मुखान्वितस्त्वन्योस्यंतर्योगः सवहिः॥ राजयोगश्चकथितः सएवमुनिपुंगवैः॥ राजतेसर्वयोगेषुराजयोगइतिस्मृतः॥ राजानंदीप्तमानंतंपरब्रह्मणमव्ययं॥ देहिनप्रापयेद्यस्तुराजयो

गः सउच्यते। समाधिद्वयसाधारणनामानिहठप्रदीपिकायां॥ राजयोगः॥ समाधिश्चउन्मनीचमनो
न्मनी॥ अमरौघौ द्वावपीहनिरालंबनिरंजनं॥ अमनस्कोलयश्चैवशून्याशून्यंपरापरं॥ जीवन्मुक्तिः
सहजंचतुर्य्यंचत्येकवाचकमिति॥ दृष्टिंचोदाहृत्यपुराणादिवाक्येषुसमाधेर्द्वैविध्यंपूर्वमेव॥ ननु
मंत्रयोगोलयश्चैवराजयोगोहठस्तथा॥ योगश्चतुर्विधःप्रोक्तोयोगिभिस्तत्त्वदर्शिभिरितियोगश्च
तुर्विधंतत्रश्रवणान्नादब्रह्मरुद्रेश्वरशिवादिगीतादिषुयकर्मयोगोभक्तियोगोवैराग्ययोगःसांख्य
योगइत्यादिषुयोगशब्दप्रयोगदर्शनेनचयोगशब्दस्यानेकार्थत्वंप्रतीतेःकथंनिर्णयोयमेवयोग
इतिचेत्॥ सत्यं॥ जीवनसाधनेलागलेजीवनशब्दप्रयोगवत्साक्षात्सरंपरयायोगसाधनेषुमंत्र
योगादिषुयोगशब्दप्रयोगोपपत्तेः। तथाहिमंत्रजपहोमपूजादिसमाराधितेश्वरप्रसादोद्वयोगो
योगसिध्यश्चभवतिनान्यथा॥ आदित्यपुराणेशिववाक्यं॥ सर्वज्ञःपरिपूर्णश्चजरामरणव
र्जितः॥ मत्प्रसादाद्भवेद्योगीनान्यथाकोटिसूदनेति॥ मानसोल्लासे॥ गुरुप्रसादाल्लभतेयोग
मष्टांगलक्षणंमुं॥ शिवप्रसादाल्लभतेयोगसिद्धिंयत्नाच्चतीमिति॥ दैवे॥ ब्रह्मविष्णुशिवादीनां
मंत्रजप्यविचारदैः॥ साध्यंतेमंत्रयोगास्तवत्सराजादिभिर्यथेति॥ कूर्मपुराणे॥ ज्ञानार्थीवापियोगा
र्थीमोक्षार्थीचविशेषतः। संश्रयेद्विविधंसर्वकामफलप्रदमिति॥ किंचेश्वरमंत्रजपपूजादीनांसौ
र्वयोगशास्त्रेषुयोगांगत्वंस्पष्टमेवदृश्यतेनथाचवक्ष्यते॥ राजयोगस्तुनिर्बीजसमाधिरेव॥ लयःसंत्र
स्तानः। हठस्तुप्राणायामएव॥ नचान्ययोगबीजं॥ मंत्रोहरोलयोराजयोगस्तद्भूमिकाः क्रमात्॥ ए

कएवचतुर्द्धायंमहायोगोभिधीयते॥ देव्युवाच॥ कथयेदंमहादेवयोगतत्त्वंचतुर्विधं॥ भूमिकांशानु
सारेणयथाभूतंक्रमान्मम॥ ईश्वरउवाच॥ सकारेणबहिर्यातिहकारेणविशेन्मरुत्॥ हंसहंसेत्य
मुंमंत्रंजीवोजपतिसर्वदा॥ गुरुवाक्यात्सुषुम्णायांविपरीतोभवेज्जपः॥ सोहंसोहमितिप्राज्ञैमंत्रयो
गस्तदोच्यते॥ प्रतीतिर्मंत्रयोगाख्यजायतेपश्चिमेपथि॥ एकारेणतुसूर्य्यंसौठकारेणेन्दुरुच्यते॥
सूर्य्याचंद्रमसौरैक्यंहठइत्यभिधीयते॥ हठेनग्रस्यतेजाड्यंसर्वदोषसमुद्भवं॥ क्षेत्रज्ञःपरमात्माच्च
योरैक्यंयदाभवेत्॥ तदैक्यसाधितेदेविचित्तंयातिविलीयतां। पवनस्थैर्य्यमायातिलययोगोदयेसति॥
लयात्संप्राप्यतेसिद्धिःस्वानंदंपरमंपदं॥ अणिमादिप्रदंप्राप्यराजतेराजयोगतः॥ प्राणापान
समायोगेतेयंयोगश्चनुष्टयं। पूर्ववात्रमंत्रयोगःप्रोक्तोऽयंतांतरइतिविशेषः॥ सूर्य्यचंद्रार्चयोः
प्राणापानयोरैक्यलक्षणःप्राणायामोहठयोगइत्युच्यते॥ वासिष्ठे॥ अपानश्चंद्रमादेहमाप्यायति
बात्मनः प्राणःसूर्य्यस्थिवाप्यग्निःपचत्यंतरिदंवपुः। मनांतरेतुविपरीतासंज्ञानयोः। यथाअमृतसि
द्धौ॥ प्राणश्चंद्रमयोज्ञेयोऽपानः सूर्य्यमयस्तथा॥ उभौशरीरनेनारौयातायातंप्रकुर्वतः। अनयोर्यत्नतो
योगःसदाभ्यस्योमुमुक्षुभिः॥ एतद्द्वारेणधीराणांसर्वसिद्धिःप्रजायते॥ प्राणापानगतीरुद्धाप्राणाया
मपरायणइतिगीतवचनात्॥ प्राणापानसमायोगःप्राणायामइतियात्तवल्क्यवचनाच्चप्राणायामए
वहठउद्भेदोच्यते॥ यस्यांभावनायांपरमात्मनिलीनस्ययोगिनोब्रह्मानंदाविर्भावोजायतेसभावनावि
शेषःसंप्रज्ञातलक्षणःसमाधिर्लययोगइत्युच्यते॥ लययोगेपि॥ नवस्वेचचक्रेषुमरुन्मनसोर्लयोल
ययोगइत्युक्तं। येनाणिमादिपरमैश्वर्य्यसंपन्नोयोगीत्रिभुवनेराजतेसनिर्बीजसमाधिरूपोराजयोगइ

त्यक्ष्यन्ते॥ स्कंदपुराणे॥ प्राणापानवशेजीवऊर्ध्वाधः परिधावति॥ वामदक्षिणमार्गेणचंचलोस्थितिंलभेत्॥ गुणबद्धोयथापक्षीगतोप्याकृष्यतेपुनः॥ गुणैर्बद्धस्तथाजीवः प्राणापानेनकृष्यते॥ अपानःकर्षतिप्राणं प्राणोपानंचकर्षति॥ ऊर्ध्वधः संस्थितावेतौसंयोजयतियोगवित्॥ हकारेणबहिर्यातिसकारेणविशेत्पुनः॥ हंसहंसेत्यमुंमंत्रंजीवोजपतिसर्वदा॥ षट्शतानिदिवारात्रौसहस्राण्येकविंशतिः २१६०० एतत्संख्यान्वितंमंत्रंजीवोजपतिसर्वदा॥ अजपानामगायत्रीयोगिनांमोक्षदायिनी॥ अस्याःसंकल्पमात्रेणसर्वपापैःप्रमुच्यते॥ नानयासदृशीविद्यानानयासदृशोजपः॥ अनयासदृशंज्ञानंनभूतंनभविष्यति॥ त्रयोपिराजयोगांगमेव॥ हठप्रदीपिकायांपीडादिकुंभकाश्चित्राः दिव्यानिकरणानिच॥ सर्वेलयहेतवोभ्यासाराजयोगस्यसिद्धये॥ राजयोगंसमारूढः पूरुषःकालवंचकइति॥ आदिपदेनषट्कर्माणिगृह्यंते॥ पीठपदंयमनियमयोरप्युपलक्षणंम्॥ तयोःसर्वयोगशास्त्रेषुयोगांगत्वेनोक्तत्वात्॥ अत्रयद्यपिश्लोकैकयमनियमादीनांसर्वेषामेवसाक्षादेवराजयोगोपकारकत्वंप्रतीयते॥ तथापिपूर्वापरग्रंथपर्यालोचनयानैवंसिद्धांतः॥ यमादीनांमष्टांगानांसाक्षात्परंपरयासमाधुपयोगित्वंपूर्वमेवोक्तं॥ तत्रषट्कर्ममुद्राणांतुहठांगत्वमेव॥ षट्कर्ममुद्राऽपरिष्टाद्वक्ष्यते॥ तत्रषट्कर्मणांश्लेष्मादिदोषनिवारकत्वद्वाराहठोपकारकत्वंदोषाभावेतुनास्त्येव॥ अन्येतु॥ सत्यपिदोषेऽनेकापायसंकुलत्वात्षट्कर्मणामनुष्ठानमनिच्छंतः प्राणायामेरेवसर्वकार्यसिद्धेरतोहठस्यापिनियतांगत्वमित्याहुः॥ तथाचात्मारामः॥ षट्कर्मनिर्गतस्थौल्यकफादिरोगदादिकः॥ प्राणा ५

थामंतनुः कुर्यादनायासेनसिद्ध्यति॥ मंदश्लेष्मनिहत्यर्थंषट्कर्माणिसमाचरेत्॥ अन्यथानाचरेत्तानिदोषाणासमतान्नतः॥ प्राणायामेरेवप्रशुध्यंतिमलाइतिकेषांचिदाचार्याणामन्यकर्मसंमतमिति॥ मुद्राणांतुमूलबंधजालंधरोड्डियानमहामुद्रामहाबंधमहाबेधशक्तिचालनानांसाक्षादेवहठोपकारकत्वंविपरीतकरणीखेचर्यास्तुवज्रोलिसिद्धिहारेतिविवेकः॥ वासिष्ठेतुरेचर्यास्यापिसाक्षादेवहठोपयोगित्वंमुक्तं॥ तथाहित्वालुमूलगतांयत्वाजिह्वायाऊर्ध्वघटिकां॥ ऊर्ध्वरंध्रगतेप्राणेप्राणस्पंदोनिरुध्यतइति॥ मानसोल्लासे॥ आकुंचनमपानस्यप्राणस्यचनिरोधनं॥ लंबिकोपरिजिह्वायाःस्थापनंयोगसाधनमिति॥ नंदिकेश्वरतारावल्यां॥ उड्डिनजालंधरमूलबंधैस्त्रिभिर्याद्दित्साया सुरगांगनायां॥ प्रत्यग्विसुंचन्प्रविशत्सुषुम्णांगमागमौमुंचतिगंधवाहइति॥ हठप्रदीपिकायां॥ विविधैरासनैःकुंभैर्विचित्रकरणैरपि॥ प्रबुद्धायामादिशक्तौप्राणःशून्येविलीयते॥ उत्पन्नशक्तिबोधस्यत्यक्तनिःशेषकर्मणः॥ योगिनःसहजावस्थास्वयमेवप्रजायते॥ सुषुम्णावाहिनीप्राणेशून्येविशतिमारुते॥ तथासमस्तकर्माणिनिर्मूलयतियोगवित्॥ वासिष्ठे॥ गुदादिस्थानसंकोचात्स्थानकादिक्रियाक्रमैः॥ आसनंभोजनंमुद्याश्चसाधुशास्त्रार्थभावनात्॥ स्वाचाराच्चजनासंगात्सर्वत्यागात्सुखासनात्॥ प्राणायामघनाभ्यासाद्रामकालेनकेनचित्॥ कोपलोभपरित्यागाद्भोगत्यागाच्चसुव्रत॥ त्यागाद्धाननिरोधेषुभृशंयातिविधेयतां॥ प्राणंप्रभुत्वात्तस्यपुंसोमृत्याईचाऽखिलाइति॥ ननुमुद्राहठयोगादीनांबहुफलश्रवणात्प्राधान्यंकिनस्यादितिचेत्॥ न।

तस्यार्थवादिकत्वात्॥ तथाच पूर्वमीमांसायां। अंगेषु फलश्रुतिरर्थवादः फलवत्सन्निधावफलंतदंगमिति॥ कर्मयोगस्त्वीश्वराराधनमेवतच्च योगांगभूतनियममध्येगणितमस्तिसर्वयोगशास्त्रेषु॥ तथाचपातंजलसूत्रद्वयं॥ तपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानिक्रियायोगः शौचसंतोषतपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानिनियमाइति॥ तपःकृच्छ्रचांद्रायणादि। स्वाध्यायःप्रणवादिजपःप्रणिधानंप्रेपरमेश्वरेफलनिरपेक्षतयासर्वकर्मार्पणं॥ एतेक्रियायोगाइत्यन्वर्थंते॥ एतदनुष्ठानेनसमाधिर्भवति। तत्रक्रियायोगस्यसमाध्युपकारकत्वेद्वारमाहपतंजलिः। समाधिभावनार्थःक्लेशतनूकरणार्थश्चेति॥ क्लेशाअविद्यास्मितारागद्वेषाभिनिवेशाः॥ तत्राऽविद्याः तस्मिंस्तद्बुद्धिरूपाश्चतिरनित्याशुचिदुःखानात्मसुनित्यशुचिसुखात्मख्यातिरूपास्मितानांचतुर्णांक्लेशानांप्रसवभूमिः। अस्मितासत्वपुरुषयोरैक्यविषयोमनोवृत्तिविशेषोहंकारः। रागःसुखमवमेसरास्तीतीच्छारूपः। द्वेषोदुःखहेतुषुनिंदाअभिनिवेशोदुरागृहः॥ एतेषांपंचानांदुःखजनकत्वेनक्लेशशब्दवाच्यानांसंसारारंभमहानर्थानुकूलानांसमाधिप्रतिबंधकानांमूलभूतपापनिरासेनशिथिलीकरणद्वारेणसमाधिहेतुत्वंक्रियायोगस्येति। किंचयेस्थूलाआरब्धकार्याःक्लेशास्तेचित्तैकाग्र्यनाशलक्षणेनध्यानेननिवर्त्तंते॥ सूक्ष्माचासमाप्तरूपेणस्थिताःप्रतिलोमपरिणामेननिवर्त्तंते॥ तथाचसूत्रद्वयं। ध्यानहेयास्तद्वृत्तयइति। तेप्रतिप्रसवहेयाःसूक्ष्माः। एतेचक्लेशाअविद्यामूलाएषांचफलंशुभाशुभक्षणंकर्मकर्मणश्चोक्तरूपस्यफलंसुखदुःखानुभवः। कर्मानुरूपजात्यायुर्विषयेन्द्रियप्राप्तिश्च ६

तत्रद्वारं। सतिमूलेतद्विपाकोजात्यायुर्भोगाइत्यत्रजात्यायुषोरपिकर्मफलत्वाभिधानंभोगेजनयित्वेद्वारत्वेन। सुखमपिपरिणामविरसत्वाद्दुःखमेवेतिमंतव्यं। एतेक्लेशाःशुभाशुभकर्मवासनारत्नकर्माशयजात्यायुर्भोगारत्नविपाकफलाश्चअविद्यामूलाविवेकिनात्याज्याएवतत्त्यागश्चमूलभूताविद्योच्छेदकसम्यक्ज्ञानसाध्यः सम्यक्ज्ञानंचशास्त्रसाध्यंशास्त्रंचेदंहेयंतत्कारणंहानंतत्कारणंसम्यग्विचनुष्ठेयमनुष्ठेयंचतुर्व्यूहं॥ तद्यथादुःखबहुलः संसारोहेयः प्रधानपुरुषसंयोगोहेयहेतुस्तस्यापिहेतुर्विद्याप्रधानपुरुषसंयोगात्यंतनिवृत्तिर्हानंतदेवंचैकेवल्यंतत्रहेतुर्विवेकख्यातिरिति। तथाचसूत्राणि। हेयंदुःखमनागतंदृग्दृश्ययोःसंयोगोहेयहेतुः॥ तस्यहेतुर्विद्या॥ तदभावात्संयोगाभावोहानंतद्दृशेः कैवल्यंविवेकख्यातिरविप्लवाहानोपायइत्यादीनि॥ दृष्टृदृश्यतत्संयोगपरिणिचसूत्राणि॥ द्रष्टादृशिमात्रःशुद्धोपिप्रत्ययानुपश्यःप्रकात्मकक्रियास्थितिशीलंभूतेंद्रियात्मकंभोगापवर्गार्थंदृश्यं। स्वस्यसाक्षित्वरूपोपलब्धिहेतुःसंयोगइति॥ एतदर्थस्तुचित्स्वरूपोऽपरिणामीसंन्निधानमात्रेणविषयोपरक्तश्चेतनः पुरुषोद्रष्टा। प्रकात्मकप्रवृत्तिनियमरूपसत्वरजस्तमोगुणात्मकंग्राह्यस्वरूपपृथिव्यादितन्मात्रादिलक्षणस्थूलसूक्ष्मपरिणामकंबुद्धींद्रियकर्मेंद्रियांतःकरणत्रैधेंद्रियपरिणामकंभोगापवर्गप्रयोजकंचदृश्यंस्वशक्तिस्वामिशक्तिद्वितयोर्हेयंदृश्यस्वरूपोनित्ययोर्व्यापकयोरसंवेद्यपर्वणिस्थितयोर्यस्वरूपोपलब्धिहेतुःससंयोगानादिर्भोक्तृत्वस्वभावः सएवचदृदृश्यसंयोगइति। अत्रेदमालोचनीयं। द्रष्टादृशिमात्रइत्यत्रमात्रपदंनैयायिकाभिमतधर्मधर्मिभावनिराकरणपरं। नत्वानंदस्वरूपतानिवार

कं। यथाचैतन्यमात्रपरार्थनिजस्वभावमितिसर्वज्ञात्समुनिभिरुक्तंमात्रपदंनु।। तदेतत्त्रयः पुत्रादिति श्रु
तेर्निरूपधिप्रेमास्पदत्वेनलिंगेनस्फुरत्वमहमस्मीत्यनुभवेनचासनआनंदरूपतस्यसिद्धत्वात्नु।। अ
तएवेशरीरंत्रावसंतंप्रियाप्रियेनस्पृशन्तंनस्पृशतीतिश्रुतिर्वैषयिकस्फुरद्दुःखनिषेधपरा। न्यथाएतस्यैवानं
दस्यान्यानिभूतानिमात्रामुपजीवंतीतियोवैभूमातत्सुखमितिकोन्यात्कः प्राण्याद्यैवब्राकाशात्आनंदो
नस्तृप्तिरित्यैवानंदयतीतिआनंदंब्रह्मणोविद्वानितिविज्ञानमानंदंब्रह्मेत्याद्यनंतश्रुतिविरोधस्पा
त्नु।। नन्वेनाब्रह्मणआनंदत्वबोधनपरान्जीवस्यैनिवाच्यं।। तत्त्वमसिअयमात्माब्रह्मयत्साक्षादपरोक्षा
द्ब्रह्मयआत्मासर्वांतरइत्यादिश्रुतिभिर्जीवब्रह्मणोरैक्यस्यबोधनात्नस्मान्मानपदंनानंदरूपनाप्यवछे
दकमित्येवयुक्तं। विवेकख्यातिरविप्लवाहानोपायइतिसूत्रस्थायमर्थः। अन्येगुणाअन्यःपुरुषइत्येवंवि
धस्यविवेकस्ययाख्यातिःप्रज्ञासाहानस्यहेयपरित्यागस्योपायः। अगमानुमानाभ्यांजनितविवेकख्या
तिकस्यपुंसोव्युत्थाननसंस्कारानुवृत्तेनास्याउपायत्वमित्येतदुक्तंभविकल्पेवेतिमिथ्याज्ञानरहितत्य
र्थः। एतदुक्तंभवतिश्रुतिमयेनज्ञानेनविवेकंगृहीत्वायुक्तिमयेनव्यवस्थाप्यदीर्घकालनैरंतर्य्यसत्कार
सेवितयाभावनयाप्रकर्षपर्य्यंतमधिगतसाक्षात्कारवतीविवेकख्यातिर्निर्वर्तितसवासनमिथ्याज्ञानानि
विप्लवाहानोपायइतिवाचस्पतिमिश्राः।। भोजदेवव्याख्यानुनविद्यतेविप्लवोविछेदोव्युत्थानरूपोयस्याअ
न्येगुणाअन्यःपुरुषइतिप्रतिपक्षभावनाबलादविद्याविलयेनिरत्यंतज्ञातृत्वकर्तृत्वाभिमानायास्तस्त
मोमलानभिभूतायाबुद्धेरंतर्मुखायायाश्चिच्छक्तिःसाविवेकख्यातिरित्यन्येनतस्यांसंततनेनप्रवृत्तायां ७

दृश्यासाधिकारनिवृत्तेर्भवतिकैवल्यमिति।। इदमत्रालोचनीयं। प्रकृतिपुरुषविवेकधीमात्रंनहानसाधु
नीभूतविवेकख्यातिस्वरूपंकिंतुविवेकख्यातिः प्रथमभूमिः एतदनंतरंतुरजस्तमोलेशहीनेनिर्मलेसत्व
प्रकाशांतःकरणेयावृत्तिसारूप्यलक्षणानदांद्रष्टुंस्वरूपेवस्थानमितिसूत्राभिहितापूर्णचैतन्यैकरसब्र
ह्मप्रतिभासलक्षणाःहंब्रह्मास्मीत्येवंरूपासैवसर्वात्मनारूपब्रह्मस्वरूपप्राप्तिलक्षणस्यकैवल्यस्यहा
नेद्वाभिधेयस्यपरमउपायइति।। अन्येगुणाःअन्यःपुरुषइतिज्ञानमितिविवेकख्यातिर्व्याख्यानंतरा
दिप्रवृत्तसकलानर्थमूलभूतजडदेहाद्यभेदाद्यभिमाननिवृत्यसाधारणकारणत्वेनजडाजडविवेकमा
त्रोपियोगितया। तएवास्मिन्नर्थेमोक्षापिहानकैवल्यादित्राष्टैरुक्तः यत्तुमोक्षदशायांप्रकाशमानंनि
जात्मस्वरूपंयच्चमोक्षसाधनस्यासाधारणविषयावछिन्नस्वरूपंतत्साक्षात्कुर्यादेवयत्नमास्थातुमि
तिनप्राधान्येनविद्योपयोग्युक्तादित्तंभगवतापतंजलिना।। तथाचबृहदारण्ये।। ब्रह्मवाइदमग्रआसी
त्तदात्मानमेवावेदहंब्रह्मास्मीतितस्मात्तत्सर्वमभवदितिविद्यासूत्रेसर्वात्मभावरूपमोक्षमुद्दिश्यत
त्साधनत्वेनाहंब्रह्मास्मीतिज्ञानंसाधनमित्युपक्रांतमुपसंहृतंच। तदिदमप्यनहियएवंवेदाहंब्रह्मा
स्मीतिसइदंसर्वंभवतीतितथान्यथाज्ञानमविद्येत्यनेनदर्शितंतत्रैवविद्यासूत्रेअथयोन्यांदेवतामु
पास्तेअन्योसावन्योहमितिनसवेदेत्यादिनेत्यलमतिसंगेन। एतदुक्तंभवतिकाम्यनिषिद्धवर्জ্জिते
श्वरार्थकृतसर्वकर्मभिर्निर्ज्ञांतनिर्मलस्वांतस्यविषयदोषदर्शनसंजातवैराग्यस्यतरतिश्लोकमात्मवि
द्दितिश्रुतिवाक्यावगतसमूलसर्वदुःखोच्छेदकात्मज्ञानार्थितयासद्गुरूपसत्याश्रवणमननोपबृंहित

निदध्यासनाभ्यासेनप्रासनिर्बीजसमाधेः पुंसोबुद्धिशुद्धिद्वारेवसमाधिरूपकृत्कार्याणिकर्माणित्व
त्तएवनिवर्त्तन्ते॥तथाचनैष्कर्म्यसिद्धौ॥ श्रवणतोवुद्धेः संपाद्यबुद्धिशुद्धितः।कर्म्माणिविनिव
र्त्तन्तेप्रारब्धंतेद्यनाद्रवेति॥राजयोगे॥नकर्माणित्यजेद्योगीकर्मभिस्त्यज्यतेह्यसौ।कर्मणोमूलमूतस्प
संकल्पस्यैवनाशनात्॥यथायथासदाभ्यासात्संकल्पविलयोभवेत्॥योगिनोभवतिश्रेयान्कर्मत्यागस्त
थातथा॥उत्तुंगसहजानंदसदाभ्यासरतः स्वयं॥सर्वसंकल्पसंत्यक्तः सविद्वान्कर्म्मसंत्यजेत्॥संसा
रिकक्रियायुक्तंब्रह्मज्ञोस्मीतिवादिनं। कर्मब्रह्मोभयभ्रष्टंनंत्यजेदंत्यजंयथेति॥कालिकापुराणे॥
धर्मःप्रयत्नतः कार्य्योयोगिनात्मविशोधनः॥नास्तिधर्मरहितोयोगइतियोगविदोविदुः॥याज्ञवल्क्यगी
तासु॥गार्ग्युवाच॥योगयुक्तोनरःस्वामिन्संध्योर्वाथवानिशि। वैधंकर्मकथंकुर्य्यान्निःस्रुतिः कात्य
कुर्वतः॥याज्ञवल्क्यउवाच॥योगयुक्तमनुष्यस्यसंध्योर्वाथवानिशि। यत्कर्त्तव्यंवरारोहेयोगेनखलु
तत्कृतं। स्यात्सग्निहोत्रवन्नोचेत्प्राणायामैर्द्विवर्द्धते। विप्रुद्भिन्नहविषाविप्रुद्कर्मकुर्वतः निःस्रुति
स्तस्यकावाले कृतकृत्यस्तदारवे॥वियोगेसतिसंप्राप्तेजीवात्मपरमात्मनोः। विधुक्तंकर्मकर्त्तव्यंवर्त्तति
ष्ठन्नित्यशः॥वियोगकालेयोगीचदुःखमित्येवनस्पृजेत्॥कर्माणितस्मिन्निलयोनिरयः परिकीर्त्तितः॥
नयोगिनायतः शक्यंस्यक्तुंकर्मण्यशेषतः॥तस्मादामरणाद्धर्मकर्त्तव्ययोगिनासदा॥भगवद्गीतायां
॥आरुरुक्षोर्मुनेर्योगंकर्मकारणमुच्यते॥योगारूढस्यतस्यैवशमःकारणमुच्यते॥कूर्म्मपुराणे॥तस्मात्त
र्वप्रयत्नेनवर्णाश्रमविधौस्थितः॥ समाश्रित्येतिमंभावंमायाशक्तिंतरेद्बुधः॥स्वधर्मपरमोनित्यमी
श्वराराधनेरतः॥प्राप्नोतिपरमंस्थानंयदुक्तंवेदवादिभिः॥ब्राह्मणक्षत्रियाविशांस्त्रीशूद्राणांचसत्त

मा:॥स्वजातिविहितंकर्मरागद्वेषविवर्जितं॥ज्ञानकारणभावंहितदेवप्रतिपद्यतइति॥योगबीजे॥न
कर्मणाविनादेवीयोगसिद्धिःप्रजायते॥ज्ञानंवास्वर्गभोगोवापुण्यहीनैर्नलभ्यते।तस्मात्कार्य्यंतदेवाशु
यद्यस्तिहिसाधनं॥तेनैवप्राप्यतेसिद्धिर्नान्यथाशिवभाषितमिति॥किंचेश्वराराधनमेवयोगस्यमु
ख्योपायोस्तितथाचपातंजले। योगोपायनिरूपणे॥ईश्वरप्रणिधानाद्वेति। वाशब्दोत्रएवकारार्थः॥का
यिकवाचिकमानसभक्तिविशेषादाराधितस्येश्वरस्यप्रसादादेवयोगोयोगफलंचसंभवतीतिसूत्रार्थः।वैराग्ये
व्याससूत्रं।फलमतउपपत्तेरिति।अनेनप्रकृतियोगस्यापिराजयोगांगत्वंवेदितव्यं।वैराग्ययोगस्यापिराजयो
गांगत्वेनपतंजलिनोक्तत्वान्मुख्ययोगत्वं॥तथाहि॥अभ्यासवैराग्याभ्यांतन्निरोधइति। अस्यार्थःवक्ष्य
माणाभ्यासवैराग्याभ्यांप्रकाशप्रवृत्तिनियमरूपाणां॥चित्तवृत्तीनांयत्तन्निरुद्धंनंसंनिरोधः॥चित्तवृत्तीनां
निवृत्तवात्मभिनिवेशानामंतर्मुखतयास्वकारणेचित्तशक्तिरूपतयावस्थानं। अत्रविषयदोषदर्शनजेन
वैराग्येणतद्धेतुमुख्यमुत्साद्यते। अभ्यासेनचस्वरूपज्ञानप्रवाहप्रदर्शनद्वारेणदृढंस्थैर्यमुत्साद्यते। अत
स्तभ्यांभवतिचित्तवृत्तिनिरोधारव्यसमाधिः।अभ्यासस्यसामान्यविशेषलक्षणमाहसूत्राभ्यां।तत्रस्थितौ
यत्नोभ्यासः।सतुदीर्घकालनैरंतर्य्यसत्कारसेवितोदृढभूमिरिति॥अस्यार्थःवृत्तिरहितस्वचित्तस्यस्वरूप
निष्ठःपरिणामस्थितिस्तस्यांयत्नउत्साहःपुनस्तदात्मत्वेनचेतसिनिवेशनमभ्यासइत्कथ्यते॥सएवाभ्या
सोबहुकालनैरंतर्य्येणादरातिशयेनचसेव्यमानोदृढभूमिःस्थिरोभवतीत्यर्थः॥स्कंदपुराणे॥आत्मसं
स्थेनमुक्तिःस्यात्तच्चयोगादतेनहि।सचयोगश्चिरंकालमभ्यासादेवसिद्ध्यति॥नारण्यसंश्रयाद्योगोनाना

ग्रंथविचिंतनात्॥ नदानैर्नव्रतैर्वापिनतपोभिर्नचसंयमैः॥ नचपद्मासनाद्योगोनचप्राणाग्रनिरोधनात्॥
नस्नोत्रेननमौनेननमंत्राराधनैरपि॥ अभियोगात्सदाभ्यासात्तत्रैवचविनिश्चयात्॥ पुनःपुनरनिर्वेदोत्सिद्ध्यो
द्योगोनचान्यथा॥ आसनंकुरुतेसत्त्वंसदात्मिथुनस्यच॥ आसनेवसतःसम्यक्सर्वेस्युर्योगसिद्धिर्नदूरतः
॥ अत्रात्मव्यतिरेकेणद्वितीयंयोनपश्यति॥ आत्मारामःसयोगीन्द्रोब्रह्मीभूतोभवेदिह॥ स्वसंवेद्यंहितत्
कूलकुमारीस्त्रीसुरतंयथा॥ अयोगीनैवनद्वैतिजात्यंधइवरत्निकां॥ नित्याभ्यासनशीलस्यस्वसंवेद्यंहि
तद्भवेत्॥ तत्सूक्ष्मत्वान्निर्देश्यंपरब्रह्मसनातनं॥ आगमेपारमेश्वरतंत्रेत्मादभ्यसनंनित्यंकर्त्तव्यंमो
क्षकांक्षिभिः॥ अभ्यासाज्जायतेसिद्धिरभ्यासान्मोक्षमाप्नुयात्॥ संविन्निर्लभतेभ्यासाद्योगोभ्यासात्प्र
वर्त्तते॥ मंत्राणांसिद्धिरभ्यासादभ्यासाद्दायुसाधनं॥ कालवंचनमभ्यासान्नथामृत्युंजयोभवेत्॥ वाक्सिद्धिः
कामचारत्वंभवेदभ्यासतोध्रुवमिति॥ हठप्रदीपिकायां॥ युवावालोतिवृद्धोवाव्याधितोदुर्बलोपिवा॥
अभ्यासात्सिद्धिमाप्नोतिसर्वयोगेष्वतंद्रितः॥ अमृतसिद्धौमुद्राप्राणायामनिरूपणानंतरमुक्तं॥ एवंबु
धैःसदाभ्यासःकर्त्तव्योमोक्षकांक्षिभिः॥ अभ्यासाज्जायतेयोगोयोगात्सर्वंप्रसिद्ध्यति॥ अनेनाभ्यासयो
गेनवायुरभ्यसितोभवेत्॥ वायोरभ्यासतोवह्निः प्रत्यहंवर्द्धतेभृशं॥ वह्नौविवर्द्धमानेचसुखमन्हिपच्य
ते॥ अन्नस्यपरिपाकेनरसवृद्धिप्रजायते॥ रसेवृद्धिगतेनित्यंवर्द्धतेधातवस्त्रयः॥ धातोःसंवर्द्धनादेवप्रधा
नोवर्द्धतेरसः॥ प्रधानरससंपत्तौदृढकायोमहाबलः॥ महाबंधोमहाभ्यासोबलादेवप्रजायते॥ महाबंधा
न्महाभ्यासाद्रसस्यप्रजारणंभवेत्॥ दोषाःसर्वेपिक्षुष्यंतिमलमूत्रंकफक्षयकाः॥ दह्यंतेसर्वपापानिजन्मको

टिकृतानिच॥ हठेहैवाभ्यासयोगेनतृणानिवद्विनायथा॥ तपांसियानिदिव्यानित्ययुतान्ययुतानि
च॥ कोटिकोटिगुणैस्तानिभवंत्यभ्यासयोगतः॥ प्रकृतिश्चगुणादोषाव्याधयोविविधास्तनौ॥ नश्यंत्य
भ्यासयोगेनखेमेद्यावायुनायथेति॥ तथावैराग्यसामान्यविशेषलक्षणपरंसूत्रद्वयं॥ दृष्टानुश्रविकविष
यवितृष्णस्यवशीकारसंज्ञावैराग्यं॥ तत्परंपुरुषख्यातेर्गुणवैतृष्ण्यमिति॥ एतद्व्याख्यातं॥ दृष्टोविषयदोषे
वोपलभ्यमानःशब्दादिः श्रानुश्रविकोविषयोदेवलोकादौअनुश्रूयतेगुरुमुखादित्यनुश्रवोवेदस्तत्प्रा
गतश्रानुश्रविकौतयोर्द्वयोर्विषयोरपिपरिमाणविरसत्वदर्शिनोविगतनाकांक्षस्यवशीकारसंज्ञामात्मे
वैतेवश्यानाहमेतेषांवश्यइतियोयंविमर्शस्तद्वैराग्यमुच्यते॥ प्रथमवैराग्यंविषयविषयंहित्रीयंगुणविष
यं॥ तत्रगुणविषयंवैराग्यं परमित्युच्यते॥ उत्पन्नगुणपुरुषविवेकख्यातेरवैतृष्ण्यंभवतिनिरोधस
माधेरत्यंतानुकूलत्वात्॥ अनेनविवेकख्यातिर्वाच्यासांख्ययोगस्यापियोगोपयोगित्वमुक्तं॥ एवंचाहि
तीयेवस्तुनिवेशंतंवाक्यंतात्पर्यंविधारणात्मकस्यश्रवणस्यश्रुतार्थस्ययुक्तिभिश्चिंतनात्मकस्यमन
नस्यचनियमेविजातीयप्रत्ययतिरस्कारेणसजातीयप्रत्ययप्रवाहकरणात्मकनिदध्यासनस्यध्याने
संप्रज्ञातसमाधौवानर्भावोद्रष्टव्यः॥ तथाचयाज्ञवल्क्योनियमविवरणेमैत्रेयीब्राह्मणेआत्मावारेद्रष्टव्यः श्रोतव्योमंतव्यो निदिध्यासितव्यइत्यात्मदर्शनश्रवणमननध्यानानांसाक्षात्साधनत्वमुक्तं
वेदांतश्रवणंकुर्वन्योगंतस्मिन्समभ्यसेत्॥ इति॥ तस्मान्नाशेषयोगाद्बहिर्भूतंकिमपियोग
शास्त्रवाक्यमस्तीत्यवधेयं॥ ननुवासिष्ठेसंसारोत्तरणेयुक्तियोगशास्त्रेनकथ्यते॥ आत्मज्ञानप्रकारश्चप्रा
णानांसंयमस्तथा॥ प्रकारोह्यवपित्रोक्तोयोगशास्त्रेनयद्यपि॥ तथापिरूढिमायातः प्राणयुक्तावसौभृ

शमित्यकृत्वात्कथंमनोनिरोधएवयोगइतिचेन्। सत्यं॥ मनोनिरोधस्यप्राणनिरोधात्मकत्वाज्ञाये
नोक्तत्वात्॥ अतएवप्राणायामएवाभ्यासक्रमेणप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधिशब्देनोच्यते। तथाच
दत्तात्रेयैः॥ प्राणानामुपसंरोधात्प्राणायामइतिस्मृतः। शाङ्खादिभ्यः प्रदत्तानियद्क्षीणियनात्मभिः।
प्रत्याह्रियंतेयोगेनप्रत्याहारस्ततःस्मृतः। धारणेत्युच्यतेयंधार्यतेयन्मनीषिणा॥ प्राणायामाद्दशा
द्वौचधारणापरिकीर्त्तिता। द्वेधारणेस्मृतेयोगोयोगिभिस्तत्वदर्शिभिः॥ स्कंदपुराणे॥ प्राणायामस्त्रिधाप्रोक्त
स्तेनप्रत्याहारउदाहृतः॥ प्रत्याहारेद्वादशाभिर्हरिणापरिकीर्त्तिता। भवेद्धारणसंगत्यैध्यानंद्वादशधार
णं॥ ध्यानद्वादशकेनैवसमाधिरभिधीयते॥ समाधेःपरतोज्योतिरनंतंस्वप्रकाशकं। तस्मिन्दृष्टेक्रि
याकांडंयातायातंनिवर्त्तनइति। तथाधारणादिपरिमाणंचोक्तं। धारापंचनाडिकाध्यानंस्यात्तद्विनाडिकं॥
दिनद्वादशकेनैवस्यात्समाधिः प्राणसंयमादिति। घटिकामानमाहवसिष्ठः। षष्टिश्वासोभवेत्प्राणः घट्प्रा
णोघटिकाभवेत्। घटिकापंचराशिः स्याद्राशिर्द्वादशकंदिनमिति॥ एवंचपंचघटिकाद्वादशांशाः सार्द्धप्रा
णद्वयंतावत्कालंधृतोवायुः प्रत्याहारउच्यते॥ तथासार्द्धप्राणद्वयस्यद्वादशांशाः सार्द्धद्वादशश्वासाः
तावत्कालंधृतोवायुः प्रथमःप्राणायामोभवति। चतुर्विंशतिश्वासांतोमध्यमः षट्त्रिंशच्छ्वासांतउत्त
मइतिराधांतः॥ तथाचस्कंदपुराणे॥ एकश्वासमयीमात्राप्राणायामेनिरुच्यतेइति॥ निश्चरद्वांगतस्य
पुंसोयावताकालेनैकःश्वासोगच्छत्यागच्छतिनावान्कालः प्राणायामस्यमात्रेत्युच्यते। किंचमनः प्रा
णयोःस्पंदोप्येकएवास्ति। वासिष्ठे॥ यः प्राणपवनस्पंदश्चित्तस्पंदः सएवहि। प्राणस्पंदजयेयत्नः कर्त्त

व्योधीमतोऽयंक्रमइति॥ अतएवोभयप्रत्यात्मकएवसमाधिः सर्वयोगशास्त्रेषुप्रसिद्धः॥ स्कंदपुराणे॥
यदासंक्षीयतेप्राणोमानसंचप्रलीयते। तदासमरसत्वंयत्तत्समाधिरिहोच्यतइति। अतएवोभयनाशो
सत्येवतत्तनंमोक्षश्चभवतीत्यत्रशिववाक्यं। तानंकुतोमनस्तेजीवतिदेवितावत्प्राणोपिजीवतिमनोम्रिय
तेनयावत्॥ प्राणोमनोद्वयमिदंविलयंनयोद्योमोसंसगच्छतिनरोनकथंचिदन्यः॥ वासिष्ठे॥ एकत्त
त्वघनाभ्यासः प्राणानांविलयस्तथा॥ मनोविनिग्रहश्चेतिमोक्षशब्दार्थसंग्रहइति॥ ननुअस्यसंसा
ररोगस्यसर्वेपिद्रवकारिणः॥ उपायएकएवास्तिमनसःस्वस्यनिग्रहः॥ चित्तमेवहिसंसारः कामको
पादिभिर्युतमित्यादिसंपूर्णवासिष्ठे॥ मनएवमनुष्याणांकारणंबंधमोक्षयोः॥ बंधायविषयासक्तं
मोक्षायनिर्विषयंमतमित्यादिशास्त्रांतरेष्वपिसंसारस्यमनोमूलकत्वश्रवणान्नत्तत्तानमोक्षयोरपि
मनोजयाधीनत्वश्रवणाच्चसर्वानर्थहेतुसक्लिष्टाविद्योन्मूलनपूर्वकमोक्षरूपपुरुषार्थस्यमनोनिग्रहै
कसंभवात्किंदुःसाध्येनानेकरोगसमाधिदुःखदेनप्राणनिग्रहेणेतिचेन्न। प्राणजयंविनाचित्त
जयस्यासाध्यत्वात्। तथाचस्कंदपुराणे॥ चलेवातेचलंचित्तंनिश्चलंनिश्चलेतथा। योगीस्थाणुत्वमा
प्नोतित्ततोवायुंनिरोधयेत्॥ क्षणमप्येकमुद्रंयथानस्थिरतामियात्॥ वातोहतंतथाचित्तंनस्मात्तस्मिन्न
विश्वसेत्। अतोनिलंनिरुंधीतचित्तस्यस्थैर्यहेतवे। मरुन्निरोधनार्थायषडंगयोगमभ्यसेत्। यावद्ध
ेमरुद्धृत्सावच्चित्तंनिरामयं॥ यावद्दृष्टिर्भ्रुवोर्मध्येतावत्कालमयंकृतइति॥ मार्कंडेयपुराणे॥ इतिते
कथितंभूपयोगंचेमंनिबोधमे॥ यंप्राप्यब्रह्मणोयोगीब्राह्मंतांनान्यतांव्रजेत्। योगोवात्मासना

जेयोयोगिनासतिदुर्ज्जये। कुर्वीततज्जयेयत्नंतस्योपायंशृणुष्वमे॥ यथापर्व्वतधात्नांमलादत्यंतिध
म्मतांतथेंद्रियकृतादोषादत्यंतेप्राणनिग्रहात्। प्राणायामैर्दहेद्दोषान्धारणाभिश्चकिल्बिषं। प्रत्या
हारेणसंसर्गान्ध्यानेनानीश्वरान्गुणानिति। हठप्रदीपिकायां॥ विविधैःप्राणसंयामैःनाड्याडीचक्रै
र्विशोधिते॥ सुषुम्णावदनंभित्वासुखाद्विशतिमारुतः॥ मारुतेमध्यसंचारेमनःस्थैर्य्यंप्रजायते॥
योमनःसुस्थिरीभावःसैवावस्थामनोन्मनीति॥ वासिष्ठे॥ योगिनश्चित्तशांत्यर्थंकुर्वंतिप्राणनि
ग्रहं॥ प्राणायामैस्तथाध्यानैःप्रयोगैर्युक्तिकल्पितैः॥ चित्तोपशांतिफलदंपरमंशांतिकारणं॥सुख
संसंविदःस्वास्थ्यंप्राणसंरोधनंविदुः। हृदीजिचित्तरक्षस्यप्रवृत्तिव्रतधारिणः। एकंप्राणपरिस्पंदो हि स्प
न्तीयंदृढवासना॥ चित्तंप्राणात्मपरिस्पंदमाहुरागमभूषणाः। तस्मिन्संरोधितेनूनंशांतंभवेन्मनः॥ मनः
स्पंदोपशांत्यायंसंसारःप्रविलीयते॥ सूर्य्यालोकपरिस्पंदशांतौव्यवहृतिर्यथा॥ अभ्यासेनपरिस्पं
देप्राणानांक्षयमागते। मनःप्रशममायातिनिर्वाणमिवशिष्यते॥ शास्त्रांतरे॥ प्राणायामैर्विना
योगंसाधयेद्यस्तुमंदधीः। नससिद्धिमवाप्नोतिपंगुर्वाजिगतिंयथेति॥ योगबीजे॥ चित्तंप्राणेनसंबंध
मत्रजीवेषुसंस्थितः। रज्जायहूत्समाबद्धोवध्नातिहृदिमनः। नानाविधैर्विचारैस्तुनसाध्यंजायतेमनः॥
तस्मात्तस्यजयोपायःप्राणस्यजयएवहि॥ तर्कैर्ज्जालैःशास्त्रजालैर्युक्तिभिर्मंत्रभेषजैः॥ नवशंजाय
तेप्राणःसिंहोपायंविनाप्रिये॥ उपायंतमविज्ञाययोगमार्गेप्रवर्त्तते॥ खंउज्ञानेननैवजायतेकूश्माकृ
नरः॥ योऽजित्वापवनंमोहाद्योगमिच्छतियोगिकः। सोपंकुंभमारुह्यसागरंतर्तुमिच्छति। यस्यप्राणाः ९९

प्रविलीनाःसाधकेजीवितेसति। पिंडोनपतितंतस्यचित्तंदोषैःप्रमुच्यते॥ शुद्धेचेतसितस्यैवस्वात्म
ज्ञानंप्रकाशतेतस्मात्तानंभवेद्योगाज्जन्मनैकेनपार्व्वति॥ तस्माद्योगंतमेवादौसाधकोनित्यमभ्यसेत्॥
मुमुक्षुभिःप्राणजयःकर्त्तव्योमोक्षहेतवइति॥ पतंजलिसूत्रंच॥ प्रच्छर्द्दनविधारणाभ्यांप्राणस्येति। चि
त्तनिरोधःस्यादित्यर्थः। एवंमनोजयेसत्येवप्राणजयोभवतितयोः स्वव्यापारेपरस्परसापेक्षत्वात्॥
तथाचवासिष्ठे॥ अविनाभाविनीनित्यंजंतूनांप्राणचेतसी। कुसुमामोदवन्निश्रेतिलतैलइवस्थिते।
आधाराधेयवच्चैतेएकाभावेविनश्यतः। कुरुतश्चविनाशेनकार्य्यमोक्षाख्यमुत्तमं॥ राजयोगे॥ दु
ग्धांबुवत्संमिलितौसदैवतुल्यक्रियौमानसमारुतौच॥ यावन्मनस्तत्रमरुत्प्रवृत्तिर्यावन्मरुत्तत्रमनःप्र
वृत्तिः॥ तत्रैकनाशादपरस्यनाशएकप्रवृत्तेरपरप्रवृत्तिः॥ अधस्तयोःस्वेन्द्रियवर्गवृद्धिर्विद्धिस्तयोर्भिन्न
पदस्यसिद्धिः। तत्रापिसाध्यःपवनस्यनाशःषडंगयोगादिनिवेदनेन। मनोविनाशस्तुगुरुप्रसादा
न्मोक्षमात्रेणसुसाध्यएव। यथायथाभ्यासदृढत्वमेतिसान्मनस्तथास्थिरतामुपैति॥ वायुक्रियादृष्टिनाशस्थि
रत्वहितथातथा॥ तस्मान्मनोनाशविधौयतेतनयत्नाच्चनश्यतिवायुरुग्रः। तस्मात्स्वदेहेन्द्रियबुद्धिना
शादैक्यबुद्धिःसहजास्थितैवेति॥ सुरेश्वराचार्य्यः। चित्तेनिश्चलतायातेप्राणोभवतिनिश्चलः। चि
त्तस्यनिश्चलत्वायेयोगमष्टांगमभ्यसेदिति॥ हठप्रदीपिकायां॥ मनःस्थैर्य्यंस्थिरोवायुस्ततोबिंदुःस्थिरो
भवेत्। बिंदुस्थैर्य्यादथापत्तंपिंडस्थैर्य्यंप्रजायतइति॥ अमृतसिद्धौ॥ मरणंबिंदुपातेनजीवनंबिंदुधा
रणात्। तस्माद्बिंदुंप्रयत्नेनरक्षेद्यस्तुसदाशिवः॥ बिंदुसिद्धिमवाप्नोतिसर्वसिद्धिःप्रजायते॥ बिंदुर्वेधाविंदुर्विष्णुर्बिंदुरेवःसदाशिवः॥ बिंदुःसर्व

गत्तोदेवोबिंदुस्त्रैलोक्यदर्पणः। सर्वतत्वाधिपोदेवोभवरूपोनिरंजनः। अयंचबिंदुरूपेणवसतेसर्व
जंतुषु। सबिंदुद्विविधोज्ञेयः पौरुषोवनिसंभवः। बीजंचपौरुषंप्रोक्तंरजश्चश्रीसमुद्भवं। अनयो
र्वीर्ययोगेनसृष्टिःसंजायतेनृणां॥ यदाभ्यंनरत्तोयोगस्तदायोगीनिगीयते॥ बिंदुःश्वेद्रमयःप्रोक्तो
रजःसूर्य्यमयंतथा॥ अनयोसंगमादेवप्राप्यतेपरमंपदं॥ स्वर्गदोमोक्षबिंदुर्दुर्मदोधर्मदस्तथा॥
तन्मध्येदेवताःसर्वाःलिष्ठंतेसूक्ष्मरूपतः। इदंततमिदंबीजंसर्वसारोयमुच्यते। वायुनाषतेबिंदुर्न
चान्यद्बिंदुसाधनं। यामवस्थांव्रजेद्वायुर्बिंदुस्तामवगच्छति॥ यथाहिसाधनेवायुस्तथाबिंदुप्रसाध
नं। मूर्छितोहरतेव्याधिंबद्धःखेचरतांनयेत्। सर्वसिद्धिकरोलोनोनिश्चलोमुक्तिदायकः। यथा
वस्थाभवेद्बिंदोः चित्तावस्थातथातथा। चलत्येषयदावायुस्तदाबिंदुश्चलंस्मृतः। बिंदुश्चलतियस्मा
च्चित्तंतस्यैवचंचलं॥ चलेबिंदौचलेचित्तेचलेवायौचसर्वदा। जायतेम्रियतेलोकः सत्यंसत्यमि
दंवचः। योवैनादःसवैबिंदुःस्तद्विचित्तंप्रकीर्तितं॥ नादोबिंदुश्चचित्तंचत्रयाणामैक्यसाधनं। यद्य
प्येकत्वावस्थाशरीरेसंव्यवस्थिताः तथापिसाधितेवायौसर्वसिद्ध्यंतिनिश्चितं। यदासोम्रियतेवायु
र्मध्यमाध्वयोगतः। तदाबिंदुश्चचित्तंचम्रियतेवायुनासह। सर्वाणिबिंदुतत्वानिशरीरंनिवसंतिच।
चरंतिवायुसंचारेम्रियतेवायुमारणादिति॥ वासिष्ठे॥ रामउवाच॥ अनिशंचरतांदेहगेहगहनगा
मिनां॥ प्राणादीनांपरिस्पंदोवायूनांरोध्यतेकथं॥ वसिष्ठः॥ शास्त्रसज्जनसंपर्कैर्वैराग्याभ्यासयोग
तः। अनास्थायांरुक्षास्थायांपूर्वसंसारदृष्टिषु। यथाभिवांछितध्यानाच्चिरमेकनयोदितान् एक १२

तत्वघनाभ्यासात्प्राणस्पंदोनिरुध्यते॥ पूरकाद्यनिलायामाद्दृढाभ्यासादवेदजान्॥ एकांतध्यानसं
योगात्प्राणस्पंदोनिरुध्यते॥ ॐकारोच्चारणप्रांतश्राद्धतत्वानुभावनात्॥ अभ्यासनमनोध्यानात्प्राण
स्पंदोनिरुध्यते॥ हृदयांगुल्पर्यंतेनासाग्रेविमलांबरे॥ संविद्दृशोःभ्रुवोर्मध्येप्राणस्पंदोनिरुध्यते।
प्राणायामैर्दृढाभ्यासैर्युक्त्याचगुरुदत्तया। आसनाज्ञानयोगेनप्राणस्पंदोनिरुध्यते। अभ्यासेननिरा
बाधमेतत्स्यायोगयुक्तये॥ उपायतामुपायांतिभ्यस्यमानवभद्रते॥ अभ्यासाद्दृढतांयातोवैराग्यपरि
लालितः। यथावासनमायामःप्राणानांसफलंस्मृतः। यतोवायोनिवर्त्तंतेविकल्पकलनान्विताः। वि
कल्पसंक्षयाज्जंतोःपदंतदवशिष्यतइति। संत्यन्यपिप्राणजयोपायाविस्तरभियानलिख्यंते॥ तस्मा
द्राजयोगोसंमिश्रितोवाभ्यासनीयो॥ हठप्रदीपिकायां। हठंविनाराजयोगोराजयोगंविनाहठः॥ न
सिध्यतितत्तोयुग्ममनोष्यतोसमभ्यसेत्। हठंविनाराजयोगंराजयोगंविनाहठं॥ यवैचरंतितान्मन्येप
यासफलवज्जितानिति॥ वासिष्ठेपि॥ यावद्विलीनंनमनोनतावद्वासनाक्षयः॥ नक्षीणावासनायावच्चि
त्तंतावन्नशाम्यति॥ यावन्नतत्वविज्ञानंनतावच्चित्तसंक्षयः। यावन्नच्चित्तोपशमोनतावच्चित्तत्ववेदनं
यावन्नवासनानाशस्तावत्तत्वागमःकुतः॥ यावन्नतत्वसंप्राप्तिर्नतावद्वासनाक्षयः॥ तत्वज्ञानंमनोना
शोवासनाक्षयएवच॥ मिथश्चकारणतोगत्वादुःसाध्यानिस्थितान्यतः॥ तस्माद्राघवयत्नेनपौरुषेण
विवेकतः। भोगास्थांदूरतस्त्यक्त्वात्रयमेतत्समभ्यसेत्॥ त्रयएतेसमंयावन्नस्वभ्यस्तामुहुर्मुहुः॥ तावन्न
तत्वसंप्राप्तिर्भवत्यपिसमाधितेः। वासनाक्षयविज्ञानमनोनाशामहामते॥ समकालंसमभ्यस्ताभवंति

फलदामुनेः। एकैकशोनिषेव्यंतेयद्येतेचिरमप्यलं॥ तन्नसिद्धिंप्रयच्छंतिमंत्राःसंकीर्त्तिताइव। त्रिभि
रेभिश्चिभाभ्यस्तैर्हृदयग्रंथयोदृढाः॥ निःशंकमेवत्रुट्यंतिविद्वच्छ्रद्धुणादृव॥ जन्मांतरशतानाभ्यस्ता
मसंसारसंस्थितिः। साचिराभ्यासयोगेनविनानश्यतेकथंचन॥ वासनासंपरित्यागसमंप्राणनि
रोधनं। बिंदुस्तत्वविदस्तस्मात्तदप्येतत्समाहरेत्॥ वासनासंपरित्यागाच्चित्तंगच्छत्यचित्ततां। प्राण
स्पंदनिरोधाच्चयथेच्छसितथाकुरु॥ असंगाच्चव्यवहारित्वाद्भवभावनवर्ज्जनात्॥ शरीरनाशादृष्टित्वा
द्वासनानप्रवर्त्तते॥ वासनाविप्रनष्टेनचित्तंप्रवर्त्तते। द्वेबीजेरामचित्तस्यप्राणस्यनवासनो एक
स्मिन्क्षितयोर्नष्टे—ग्रंथे। अपिनश्यतः इति। अथयोगोपायनिरूपणं॥ तत्रपतंजलिप्रोक्ताःकेचि
त्प्रसंगात्पूर्वमेवोक्ताः। अयमिहोपायक्रमः। प्रथममागमानुमानाचार्य्योपदेशसमधिगततत्वविष
यचेतोभिरतिस्तत्साधनभूतेयोगश्रद्धांप्रसूतेतदनंतरमुत्साहः। सोत्साहस्यपाश्चात्याशुसुभूमिकास
स्मृतिः। तत्स्मरणादनाकुलंचित्तंयमनियमादिनिर्विघ्नंद्योगांगसमाधिमद्भवति। ततश्चाविल्ल
योगांगसुपन्नस्यप्रज्ञाप्रकर्षाद्भवतिसंप्रज्ञातःसमाधिः तदभ्यासात्तद्विषयाच्चपरवैराग्याद्भवत्यसं
प्रज्ञातसमाधिः इति॥ सचैकैवत्यहेतुः सत्पुरुषान्यतारख्यातिपूर्वेहिनिरोधश्चित्तमखिलाकार्य्यकर
णेनचरितार्थमधिकारादवसाद्यति। तत्रप्रथममेत्र्यादिभिर्योगिनाचित्तप्रसादनंकार्य्यं॥ ईर्ष्यादिय
क्तस्यमनसाजेनुमशक्यत्वात्। तथाचगीतायां॥ असंयतात्मनायोगोदुष्प्राप इतिमेमतिः। वश्यात्मना
तुयतताशक्योवाप्तुमुपायतः इति॥ स्कंदपुराणे॥ दुर्निवारामनोवृत्तिर्यचित्तानिवर्त्तते॥ किंचदंत्य

पियोगस्यभावन्नेदीयसीकुतइति॥ राजयोगे॥ यावत्प्रयत्नलेशोस्तियावत्संकल्पकल्पनाः॥ यावच्चम
नसाप्तिस्तावत्तत्प्रकाकथेति॥ हठप्रदीपिकायां॥ यावन्नैवप्रविशतिचरणंमारुतोमध्यमार्गेयाव
द्बिंदुर्नभवतिसुदृढः प्राणयोर्णवातभवद्वः॥ यावद्योग्नः सहजसहजोन्मायतेनैवतत्वंतावत्सर्ववद
तियदिदंद्वैंप्रमिथ्याप्रलापइति॥ अमृतसिद्धौ॥ तावद्बध्योप्यसिद्धौसौनरः सांसारिकोमतः॥ यावद्व
वतिरसेद्रोसौदेहगोब्रह्मरूपकः॥ असिद्धंतहिजानीयात्कायमब्रह्मचारिणां॥ जरामरणसंकीर्णसर्व
क्लेशसमाश्रयं॥ तथायावद्विमार्गगोवायुर्निश्चलोनैवमध्यगः॥ असिद्धंतहिजानीयाद्दायुकर्म्मगुणा
न्वितं॥ यावत्प्रस्पंदतेचित्तंबात्मन्यंतरवस्तुषु॥ असिद्धंतहिजानीयाच्चित्तकर्म्मगानु—।—पतंजलि
सूत्रं। मैत्रीकरुणामुदितोपेक्षाणांसुखदुःखपुण्यविषयाणांभावनातश्चित्तप्रसादनमिति॥ अत्र
सुखादिद्वाद्वात्तदसराः। रागद्वेषकलुषीकृतान्यायस्यपुंसः सुखिनिदृष्टेर्ईर्ष्या। पुण्यवतिद्वेषः। दुःखि
नित्योपेक्षा। पापिचानुमोदनंजायते॥ योगीसुखिनीमैत्रीं दुःखिनिकरुणांपुण्यवतिमुदितांपापिन्युपेक्षां
भावयन्सकलक्लेशमूलरागद्वेषसमूलमुन्मूलयति॥ ततः चित्तप्रसीदतिप्रसन्नचित्तस्यसुलभोयोगइति॥
अभिमतार्थध्यानाद्वाचित्तंस्थिरंभवतीत्येतदुक्तं॥ यथाभिमतध्यानाद्वेतिसूत्रेण॥ वासिष्ठे॥ चित्तकारण
मर्थानांतस्मिन्सतिजगत्त्रयं॥ तस्मिन्क्षीणेजगत्क्षीणंतच्चिकिंस्यंप्रयत्नतः॥ हस्तंहस्तेनसंपिष्यदंतैर्द
न्तान्विचूर्ण्यच॥ अंगान्यंगैःसमाक्रम्यजयेदात्मानमात्मना॥ विषयान्प्रतिभोः पुत्रसर्वंनेवहिसर्वथा॥ अ
भ्यासात्परमात्मेषासायुक्तिर्मनसोजये॥ एषैवपरमायुक्तिरन्यैवंमहामदः॥ स्वप्नोमत्तमात्तंगोद्रागित्येव
विदंत्यते॥ चित्तस्यभोगेदूर्भागोज्ञात्वैकंप्रपूरयेत्॥ गुरुश्रूषयाभागमव्युत्पन्नस्यसत्क्रमे। किंचिद्यु

स्तियुक्तस्यभागंभोगैःप्रपूरयेत्॥ गुरुशुश्रूषयाभागोभागंशास्त्रार्थचिंतया॥ ब्युत्पत्तिमुनयात्तस्य
पूरयेच्चतसोन्वहं॥ द्वौभागौशास्त्रवैराग्यैर्द्वौध्यानगुरुपूजया॥ प्रज्ञाविचारवज्ञातःसममेवसदासुत॥
नश्वाक्षतेमनोजेतुंदिनायुक्तिमनिंदितां॥ अंकुशेनविनामत्तोयथादुष्टमतंगजः॥ अभ्यासविद्याधिग
मःसाधुसंगमएवच॥ वासनासंपरित्यागसमप्राणनिरोधनं॥ एतास्तायुक्तयःश्रेष्ठाःसंतिचित्तजयेकि
ले॥ सतीषुयुक्तिष्वेतासुहठान्नियमयंतिये॥ चेतस्तेदीपमुत्सृज्यविनिघ्नंतितमोजने॥ विमूढाःकर्तुमुद्यु
क्तायेहठाच्चेतसोयमं॥ तेनिबध्नंतिनागेंद्रंमुन्मत्तंविसतंतुभिरिति॥ अथसंगमानादानुसंधानाद्यायो
पायानिरूप्यंते॥ हठप्रदीपिकायां॥ इंद्रियाणांमनोनाथोमनोनाथश्चमारुतः॥ मारुतस्यलयोनाथःसलयो
नादमाश्रितः॥ अयमेवनुमोक्षार्थोअस्तुवापिमतांतरे॥ मनःप्राणलयोनादोनश्चकश्चिद्विभिद्यते॥ मनो
मत्तगजेंद्रस्यविषयोद्यानचारिणः॥ — मनसमर्थयंतिनादोनिशितांकुशः॥ मकरंदंपिबन्भृंगोगंधान्ना
पेक्षतेयथा॥ नादासक्तंतथाचित्तंविषयान्नेक्षतेक्वचित्॥ काष्ठप्रवर्तितोवह्निःकाष्ठेनसहशाम्यति॥ नादे
प्रवर्तितंचित्तंनादेनसहलीयते॥ विस्मृत्यसकलंबाह्यंनादेदुग्धानुवन्नरः॥ एकीभूयाथसहसान्विष्टका
ष्ठोविलीयते॥ श्रीआदिनाथेनसंपाद्यकोटिलयप्रकाराः कथिताजयंति॥ नादानुसंधानकमेवकार्य्यमन्या
महेनान्यत्तमंत्रयानं॥ औदासीन्यपरोभूत्वासदाभ्यासेनसंयमी॥ उन्मनीकरणंसद्यो नादमेवावधारये
त्॥ कीदृशोचौदासीन्यं॥ शांतिकालेकापरीवापरीवापथ्याहारेगोपयोवापथोवा॥ भक्ष्यभिक्षांदमारण्यकं
दंपात्रोद्रोणीकापराभोजपात्रं॥ उन्मन्यवासयेच्छीघ्रंद्वौभागौमिमसंमतौ॥ तत्वंपरमसौख्यंवानादोपासनम
वा॥ सौख्यप्रविष्टचित्तानांमूढानामपिसंयतं॥ सद्यआनंदसंधायीजायतेनादजोलयः॥ मुक्तासनस्थि १४

गुप्ताकुलवधूरिव। अंतर्लक्ष्यबहिर्दृष्टिर्निमेषोन्मेषवर्जिता। एषानुत्तमा मुद्रासर्वतंत्रेषु गोपिता॥ हठप्रदीपिकायां॥ अंतर्लक्ष्यविलीनचित्तपवनो योगीयदावर्त्तते दृष्ट्या निश्चलतारया बहिरसौपश्यन्नपश्यत्यपि॥ मुद्रेयंखलुशांभवी भवतिसायुष्मत्प्रसादात्पुरो शून्याशून्यविवर्जितंस्फुरतियत्तत्त्वंपदंशांभवं॥ नादानुसंधानसमाधिभाजा योगीश्वराणांहृदयेप्ररूढः॥ आनंदमेकंवचसामवाच्यंजानातितत्त्वंगुरुनाथएव॥ अर्द्धोन्मिलितलोचनः स्थिरमनानासाग्रदत्तेक्षणः चंद्रार्कौविपिलीनतामुपनयेन्निःस्पंदभावोन्तरे॥ ज्योतिरूपमनाद्यवाच्यरहितंदेदीप्यमानेपरंतत्त्वंतत्पदमेतिवस्तुपरमंवाच्यंकिमत्राधिकं॥ श्रीशांभव्यारेचर्य्याश्रिअवस्थांचलप्रेक्षणः॥ तारेज्योतिषिसंयोज्यकिंचिदुन्मीलयेद्भ्रुवौपूर्वयोगस्यमार्गेयमुन्मनीकरणःक्षणात्॥ केचिद्रागमजालनकेचिन्नियमसंकुलाः॥ केचित्तेकेणमुत्पत्तिमेवजानंतितारकं। चतुर्विधयोगावस्थासुनादभेदःश्रूयते॥ अवस्थाश्चवक्ष्यंते॥ ब्रह्मग्रंथिभवेद्भिन्नआनंदशून्यसंभवः॥ विचित्रक्षणिकोदेहोनाहतःश्रूयतेध्वनिः॥ विष्णुग्रंथिभिन्नः परमानंदसूचकः। अतिशून्यविभेदश्चभेरीशब्दस्तदाभवेत्॥ तृतीयाग्रंथिनाभित्वाविभायोमर्दलध्वनिः॥ महाशून्यंतथाग्रंथिसर्वसिद्धिसमाश्रयं। चित्तानंदंततोजित्वासहजानंदसंभवः॥ रुद्रग्रंथिंततोभित्वासर्वपीठगतोनिलः। निष्ठांतोवैणवःशब्दः कृष्णदीर्घाक्षणोभवेत्॥ एकीभूतंतथाचित्तंराजयोगाभिधायकं॥ स्फरेश्वराचार्य्याः॥ प्राणेकुंभितमुष्णांसंत्रासेनादेतः श्रूयतेतदा॥ घंटादुंदुभिशंखाब्धिविषाणवेणवादिनादवत्॥ तन्नादेनाद्भि १५

सारान्नारेशतपत्रोयमः। ब्रह्मनाडीगतेप्राणेबिंबरूपंप्रकाशयेत्। त्रिपुरासारसमुच्चयेनादोयत्तिविधि॥ अपाष्णिनिरुद्धकंदुनिर्न्नाध्वजमूलार्पितसव्यपादपार्ष्णिः। ऋजुकायशिरोधरोयतात्मा विषयेभ्योविनिवर्त्तितेंद्रियाश्वः॥ काकीचंचाग्ररुद्धैर्मुहुरुदरदरीपूरयित्वासमीरंगुष्ठाभ्यामुभाभ्यांनरिपुविवरेनर्ज्जनीभ्यांचनेत्रे। नासाग्रेनिरुध्यस्थिरंविमलमतिर्मध्यमास्थामथासंत्वंन्यामिन्नः तिगादंकमलजनिलयेस्थापयेन्मानसंस्वं॥ यथाशक्त्यभ्यासंप्रतिदिवसमेवंविदधतः सुषुम्णांतश्चायंप्रसरतिशनैर्दृहपवनः॥ ततोनादोनैजोभवतिसहजानंदजनकः क्रमाद्वीणावादिप्रहृतकलवीणारवसमः॥ आदौमत्तालिमाल्राजनितरवसमस्तारझंकारहारीनादोसौषासिकस्तानिलभरितलसद्दृंशनिःस्वानतुल्यः। घंटानादानुकारीततनुचजलधेर्ध्वनिधीरोगंभीरोगर्ज्जन्यर्ज्जन्यघोषः परहृहुकुहेरवर्त्तनेब्रह्मनाड्याः विजितोभव। तीहृतेनवायुः सहजोयस्यसमुत्थितः प्राणदः॥ अणिमादिगुणाभवंतितस्यामितपुण्यस्यमहागुणास्पदस्य॥ सरराजतनुजवैरिरंध्रेविनिरुध्यस्वकरांगुलिद्वयेन॥ जलधेरिवधीरनादमंतः प्रसरतिसहसाशृणोतिमर्त्यः॥ परिभावयतेतिनादमेनंत्रिदशाधीशतनुजवैरिजातं। सततंभवतीहृतस्यजंतोः गुणसंप्राप्तिरपेतकल्मषस्य। शृणुयंगुलिभिर्न्निरुध्यविधिवत्कोदंडयोः। पंडितोमध्यरूढमरुन्निरुध्यरुषभश्रेष्ठंचषष्ठंद्वयं॥ साक्षात्तस्यणमेवपश्यतिशनैस्त्रुप्यंतगीतंपरंज्योतिस्त्रैपुरमंकमुक्तशाशाभृल्लक्षावलंसप्रभमिति॥ याज्ञवल्क्यः एवंवायुजयोपायः प्राणस्यनुवरानने॥ शक्यमासनमास्थायसमाहितमनास्तथा॥ करणानिवशीकृत्य

विषयेभ्योषलात्सुधीः॥ अपानमूर्ध्वमारुह्य प्रणवेनसमाहितः। हस्ताभ्यांबंधयेत्सम्यक्कर्णादिकरणानिच॥ अंगुष्ठाभ्यामुनेश्रोत्रेतर्ज्जनीभ्यांतुचक्षुषी॥ नासापुटौतथाचाभ्यांप्रच्छाद्यकरणानिवै॥ आनंदानुभवोयावत्तावन्मूर्ध्निधारयेत्। प्राणःप्रायात्यनेननैवतत्तत्स्वायुविघातरुत्। ब्रह्मरंध्रे सुषुम्णायांमृणालांतरसूत्रवत्। नादोत्पत्तिस्त्वनेनैवशुद्धस्फटिकसंन्निभः। आमूर्ध्नश्चित्ततेनादीणानादवदुत्थितः॥ शंखध्वनिनिभस्त्वादौमध्येमेघध्वनिर्यथा॥ व्योमवत्सर्गतोनादोगिरिमस्तवर्णयथा॥ व्योमरंध्रगतेवायौचित्तेचात्मनिसंस्थिते। सदानंदीभवेद्योगीवायुस्तेनजीनोभवेदिति॥ ॥स्कंदपुराणे॥ पवनेगगनंग्रासेध्वनिरूत्पद्यतेमहान्। घंटादीनांप्रवाद्यानांनंतःसिद्धिरदूरतइति॥ हठप्रदीपिकायां॥ श्रवणपुटनयननासापुटरोधनंकार्य्यं॥ श्रीशुद्धसुषुम्णासरणौस्फुटममलःश्रूयतेनादः॥ काष्ठगोष्ठीप्रसंगेननादमंतर्गतंशृणु॥ पुरामस्येंद्रबोधायआदिनाथोदिनंवचः। मनःपवनमोतिनिरालंबाख्यघोरनं॥ नादोपास्तिरतोनित्यमवधेयाहियोगिना॥ नादःश्रवणतश्चित्तमंतरंगतुरंगमः॥ विशून्यसर्वमेकाग्रंकुत्रचिन्नहिधावति॥ नादेंतरंगसारंगबंधनेबागुरायते॥ अंतरंगतुरंगस्यबंधनेलीयतेपिच॥ घंटानिनादसक्तस्यब्रह्मनिःकरणस्यच॥ अनाहतस्यशब्दस्यतस्यशब्दस्ययोध्वनिः॥ ध्वनेरंतर्गतंज्योतिर्ज्योतिरंतर्गतंमनः। यन्मनोविलयंयातितद्विष्णोःपरमंपदं॥ तावदाकाशसंकल्पोयावच्छब्दःप्रवर्त्तते॥ निःशब्दंतत्परंब्रह्मपरमात्मासमीर्यते॥ यत्किंचिन्नामरूपेणश्रूयतेज्ञानिरेवसा। यस्तच्छ्रोतानिराकारःसएवपरमेश्वरः॥ नादकोटिसहस्राणिबिंदुकोटिशा १६

तानिच॥ सर्वेतत्रलयंयातियत्रदेवोनिरंजनइति॥ राजयोगे॥ चित्तेचलतिसंसारोनिश्चलेत्लयःप्रजायते॥ तस्माच्चित्तंस्थिरंकुर्य्यादौदासीन्यपरायणः॥ यदाभवेदुदासीनस्तदातत्वंप्रकाशते॥ स्वयंप्रकाशितेतत्वेस्वानंदस्तत्क्षणाद्भवेत्॥ आनंदेनचसंतुष्टःसदाभ्यासरतोभवेत्। सदाभ्यासेस्थिरीभूतेनविधिर्नैवचक्रमः॥ नकिंचिच्चिंतयेद्योगीत्यौदासीन्यपरोभवेत्॥ नकिंचिच्चिंतनादेवस्वयंतत्त्वंप्रकाशते॥ स्वयंप्रकाशितेतत्वेतत्क्षणात्तन्मयोभवेत्। मनोदृश्यमिदंसर्वंयत्किंचित्सचराचरं। मनसस्तून्मनीभावोहृताभावंप्रचक्षते॥ जायमानामनस्कस्योदासीनस्यतिष्ठतः॥ मृदुत्वंचपरंत्वंचशरीरस्यापिजायते॥ अमनस्कश्चनित्रेणसमूलोन्मूलिनिरुच्यते॥ अंतःकरणशल्यंतुसुखीसंजायतेमुनिः। श्वाससूत्रसमोपेतमिंद्रियालयसंकुलं। शरीरयित्वामनोजालंजायतेमीनवत्सुखी। प्रशांतेंद्रियवर्गेयंबुद्धिश्चक्लिसमन्वितः॥ वायुनालयुतंजित्वामनःशत्रुंसुखीभवेत्॥ गुणत्रयमयीरज्जुःसदात्मात्मबंधिनी॥ अमनस्कक्षुरेणैवछित्त्वामोक्षमवाप्नुयात्॥ यथासंलीयतेसर्वमस्तंगच्छतिभास्करे॥ तथालंतथाविघ्नममनस्केविलीयते॥ इंद्रियग्राहनिर्मुक्तोनिर्वात्तेनिर्मलामृतेअमनस्कहृदेस्नातःपरमामृतमश्नुते॥ अनश्नन्भ्यासनिःश्वासविध्वस्तविषयग्रहः॥ निश्चेष्टोनिर्गतानंदोत्मानंदयतियोगिकः॥ उच्छिन्नसर्वसंकल्पोनिर्गताशेषचेष्टकः। स्वानुभाव्योलयःकोपिजायतेवागगोचरः॥ एकदंडत्रिदंडादिजराभस्मादिकंतथा॥ केशोत्खुंचननग्नत्वंरक्तवस्त्रस्यधारणं॥ उत्पन्न

स्यावबोधस्यसदासीनस्यसर्वदा॥ सदाभ्यासरतस्यैतन्नकुत्राप्युपयुज्यते॥तदाहृष्टिविरोधाश्चविविधान्यासनानिच॥ अंतःकरणभावाश्चयोगिनोनोपयोगिनः। सदाजाग्रद्वस्थायांसुखबोधावतिष्ठते॥निःश्वासोहासहानश्चनिश्चित्तंमुक्तएवसः॥ निद्रादौजागरस्यांतेयोभावस्तूपजायते॥तंभावंभावयन्योगीनिश्चित्तंमुक्तएवसः। यथासुप्तोत्थितःकश्चिद्विषयान्नानुपद्यते। जागर्त्यवत्ततोयोगीयोगनिद्रांसयात्तथा॥औदासीन्यामृतौघेनवर्द्धमानेनयोगिना॥उन्मूलितमनोमूलोजगद्वृक्षःपतिष्यति। यदायत्रयथायस्मात्स्थिरंभवतिमानसं॥तदातत्रतथातस्मान्नतुचात्सकदाचनां यत्रयत्रमनोयातिननिचार्य्यंततस्ततः॥अधारितंमनस्तस्मात्स्वयमेवविलीयते। निधार्य्यमाणंयत्नेनतत्कर्तुनैवशक्यते। उत्तिष्ठतिसृणेनैवमारुतस्यवशाददः॥ दुर्निवार्य्यमनस्तावद्यावत्तत्वंनविंदति॥ विदितेतुपरेतत्वेमनोनोस्तंप्रकाकवत्। यथानुलांतुलाधार्श्चंचलांकुरुतेस्थिरां॥ जातेसोरेमसदाभ्यासान्मनोहृत्तिस्तथात्मनि॥ निश्चिंसेकलकेविहायकलुषंयद्भूवेनिर्मलंनिर्वातस्थितनिस्तरंगमुदकंस्वच्छस्वभावंपरं॥तद्वत्सर्वमिदंविहायसहसादेदीप्यतेनिःकलंतत्वंतत्सहजस्वभावममलंजातेमनस्केध्रुवं॥तस्मात्यत्कासकलविषयेनिःकलाध्यासयोगाद्योन्द्रास्तदनुचमनसस्तद्विनाद्यश्यमोक्षः॥ सच्चिद्वंसहजममलंनिःकलंनिर्विकारंप्राप्तेयत्नंकुरुतकुशलाःपूर्वमेवामनस्कंन्चतुर्विधामनोवस्थाविज्ञातव्यामनीषिणा॥विश्लिष्टंवगतायातंसु श्लिष्टंचसकलीनक॥ १७

श्लिष्टंनामसंप्रोक्तंराजसंतुगतागतं सुश्लिष्टंसात्विकंचैवसुलीनंगुणवर्जितम्॥विश्लिष्टंचगतायातंविकल्पविषयग्रहं सुश्लिष्टंचसुलीनंचविकल्पविषयापहं॥तत्रोभ्यासनियोगेननिरालंबंभवेद्धरि॥ तत्रसमरसीभूतंपरमानंदमेवतत्॥सानंदंनिश्चलंचेतस्ततःसुश्लिष्टमुच्यते॥ अतीवनिश्चलीभूतसानंदंचसुलीनकं॥ अभ्यस्तोमनः पूर्वंविश्लिष्टंचलमुच्यते॥ततःश्लथचलंकिंचित्सानंदंचगतागतं एवंभूतस्यकर्माणिपुण्यानिसंशयानिच॥ प्रयांतिनैवलिंपंतिक्रियमाणानिसाधुनेति॥योगारूढस्यस्वरूपंवरुततस्यैवसमाधिअभ्यासदशायांब्रह्मानंदाविर्भावमाहभगवान्वासुदेवः॥तथाहि॥ यदाविनियतंचित्तमात्मन्येवावतिष्ठते॥ निस्पृहः सर्वकामेभ्योयुक्तइत्युच्यतेनरः॥यथादीपोनिवातस्थोनेंगतेसोपमास्मृता॥ योगिनोयतचित्तस्ययुंजतोयोगमात्मनः॥यत्रोपरमतेचित्तंनिरुद्धंयोगसेवया॥ यत्रचैवात्मनात्मानंपश्यन्नात्मनितुष्यति॥ सुखमात्यंतिकंयत्तद्बुद्धिग्राह्यमतींद्रियम्॥ वेत्तियत्रनचैवायंस्थितश्चलतितत्त्वतः॥ यंलब्ध्वापरंलाभंमन्यतेनाधिकंततः॥ यस्मिंस्थितोनदुःखेनगुरुणापिविचाल्यते॥ तंविद्याद्दुःखसंयोगवियोगंदुःखसंज्ञितं॥ सनिश्चयेनयोक्तोयोगोनिर्विण्णचेतसा॥ संकल्पप्रभवान्कामान्त्यक्त्वासर्वानशेषतः॥ मनसैवेंद्रियग्रामंविनियम्यसमंततः॥शनैःशनैरुपरमेद्बुद्ध्याधृतिगृहीतया॥ आत्मसंस्थंमनःकृत्वानकिंचिदपिचिंतयेत्॥ यतोयतोनिश्चलतिमनश्चंचलमस्थिरं॥ ततस्ततोनियम्यैतदात्मन्येववशंनयेत्॥ प्रसन्नमनसंह्येनंयोगिनंसुखमुत्तमम्॥उपैतिशांतरजसंब्रह्मभूतमकल्मषम्॥ युंजन्नेवंसदात्मानंयोगीविगतकल्मषः॥ सुखेनब्रह्मसंस्पर्शमत्यंतंसुखमश्नुते॥सर्व

भूतस्थमात्मानंसर्वभूतानिचात्मनि॥ईक्षतेयोगयुक्तात्मासर्वत्रसमदर्शनइति॥स्मृतिश्च॥समाधिनिर्धूतम
लस्यचेतसोनिवेशितस्यात्मनियत्सुखंभवेत्॥नशक्यतेवर्णयितुंगिरातदास्वयंतदंतःकरणेनगृह्यतइ
ति॥विद्यारण्यश्रीपादाः॥यावद्यावद्धृदंकरोविस्मृतोभ्याससंयोगतः॥तावत्तावत्सूक्ष्मदृशेर्निजानंदोनुमीयते
॥यद्यप्यसौचिरंकालंसमाधिर्दुर्लभोनृणां॥तथापिक्षणिकोब्रह्मानंदंनिश्चययत्नतः॥पातंजलेपिगु
णभेदेनचित्तस्यचतस्रोवस्थाउक्ताः॥व्युत्थानंसमाधिप्रारंभः॥एकाग्रतानिरोधश्चेति॥एषातुनत्रप्रक्रिया
॥त्रिगुणात्मकप्रकृतिकार्य्यत्वाच्चित्तमपित्रिगुणम्॥प्रकृतिःपूर्वमेवोक्तानत्वनिरूपणवसरेगुणास्तु सत्
त्वरजस्तमांसि॥तत्रसत्वंप्रकाशप्रसादधर्मशीलं॥रजःप्रवृत्तिपरितापशोकादिधर्मशीलं॥तमस्तुप्रवृत्ति
विरोधिस्थित्याद्यधर्मशीलंगौरवावरणादिधर्मशीलंच॥एवंचचित्तस्यैतादृशगुणत्रयवत्त्वात्तुण
त्रयस्यचपरस्परोपमर्दोपमर्दकरूपविचित्रपरिणामभेदेनक्षिप्तमूढविक्षिप्तैकाग्रनिरोधाख्यानृभि
श्चित्तावस्थाःपंचावस्थाःभवंति॥तत्रक्षिप्तंरजसानेषुवात्विषयेषुसुखादिषुप्रेरितमस्थैर्यंतमस्थिरं॥मूढं
तमसानिद्रावृत्तिमन्मूर्छायुपेतंक्रोधादिभिःकृत्याकृत्यविवेकशून्यंपरापकारनिरतं॥विक्षिप्तंक्षिप्ता
दृक्षिप्तंवैक्षिप्त्यंचास्यैमबहुत्वस्यकदाचित्कःस्थैर्या॥यद्यप्यत्रसत्वोद्रेकोप्यस्तिनयापिसत्वात्किं
चिदूनत्वत्तमस्पृष्टत्वात्॥ऐश्वर्येशास्त्रादिविषयेषुचिप्रियंभवतिसत्वप्राधान्यात्तत्तत्प्रणिधिसद्भपि १८
नत्वस्यतमसापिहितत्वादणिमादिकमेवैश्वर्य्यंमन्यमानंप्रणिधित्सतिप्रणिधत्तेचक्षणं॥अथरजोरो
नक्षिप्यमानंनत्राऽवस्थितिनत्रप्रियमात्रंभवति॥शास्त्रादिषुस्वरसवाहितेननिरूढप्रेमत्वमिति

क्षिप्तेकदाचित्कस्यसमाधेर्विक्षेपोपसर्जनत्वान्नयोगेनुपयोगित्वमिति॥सत्यप्यत्रवृत्तिविरोधेपारंपर्य्येण
पियोक्षसाधनत्वान्नावादेयत्वमितिनिस्तोपेनात्रमयोहेयाएव॥एकाग्रनिरुद्धेतुद्वेनामीसलोकर्षाद्यथा
क्रमंबहिर्वृत्तिनिरोधसर्वसंस्कारविलयद्वारेणसमाप्युपयोगिन्यौविसुसारये॥तत्रैकाग्र्यमेकतानता॥अत्र
हिचित्तंसमाधिर्भूतसत्वमयमनंतमः॥पटलमपिरजोमात्रयासंस्पृष्टत्वाद्धर्मज्ञानवैराग्येश्वर्य्योपगमं
भवति॥यथासंप्रज्ञातसमाधिसंपन्नयोर्मधुभूमिकयोःप्रज्ञान्योन्यविशेषोर्ध्वमयोगिनश्चित्तसत्वंनिरुद्धं
तुसकलवृत्तिकंसंस्कारमात्रशेषं॥यथानिष्कंपंभावनीयस्ययोगिनश्चित्तसत्वमपैतरजोलेशमलंस्व
रूपप्रतिष्ठं॥अभ्यासवैराग्यपुटपाकप्रबंधविधूतरजस्तमोमलस्यबुद्धिसत्वस्यनपनीयस्वरूपप्रति
ष्ठयाविषयेंद्रियप्रसाहनस्यानवसिताधिकारकनयाचकार्य्यकारिणाविवेकख्यातिपरंकार्यमविशि
ष्यतइति॥अत्रभावनीयपरमात्मातिरिक्तवस्तुपरं॥एवंचैकाग्र्येबहिर्वृत्तिनिरोधः॥निरुद्धेचसर्वसंवृत्तीनां
संस्कारसहितानांप्रविलयरसनयोर्भूम्योर्योगस्यास्तिसंभवइति॥तत्रक्षिप्तमूढेचित्तभूमिव्युत्थाने॥वि
क्षिप्तभूमिःसत्वोद्रेकात्समाधिप्रारंभः॥एकाग्रतानिरोधौपर्य्यंतभूमिप्रतिपरिणामेचसंस्काराः॥तत्र
व्युत्थानजनिताःसंस्काराःसमाधिप्रारंभजैःसंस्कारैर्हन्यंतेतज्जाश्चैकाग्रताजैः॥एकाग्रताजनितानि
रोधजैः॥निरोधजाअपिसंस्कारास्तैरेवहन्यंते॥यथासुवर्णसंवह्निनेध्यायमानंसात्मात्मानंसुवर्ण
मलंचनिर्दहति॥एवमेकाग्र्यताजनितान्संस्कारान्निरोधजाआत्मानंचनिर्दहंतीति॥अथोक्तोपायैः
स्थिरचित्तस्ययोगिनःक्रमेणसविकल्पकंसमाधिप्रकाशश्रीर्विभवति॥तत्रोसंप्रज्ञातास्त्रीन्निर्बीजः

समाधिभावितभवतीत्येतत्प्रदर्शनपराणिपतंजलिसूत्राणिव्याख्यासहितानिप्रदर्श्यंतेक्षीणवृत्तेरभिजातस्येव
मणेर्ग्रहीतृग्रहणग्राह्येषुतत्स्थतदंजनतासमापत्तिः॥उक्तोपायैरुद्बुद्धस्थितिकस्यचित्तस्यस्फटिकमणे
रिवस्वभावतःसुस्थस्यराजसतामसाभ्यामनभिभवेमहाभूततन्मात्रस्थूलसूक्ष्मरूपग्राह्येकाग्रतापूर्विका
ग्राह्यमयतारूपाग्राह्यसमापत्तिः॥ततोरजस्तमोलेशानुविद्धांतः करणैकाग्रतापूर्विकातन्मयतारूपाग्र
हणसमापत्तिस्तत्तोस्मितारूप्यशुद्धसत्वांतः करणैकाग्रतापूर्विकातन्मयतारूपाग्रहीतृसमापत्तिश्चभ
वति॥सूत्रेतत्स्थत्वेनरेकाग्रतातदंजनत्वेनतन्मयत्वे॥न्यभूतेचित्तेविषयस्यभाव्यमानस्योत्कर्षःतथा॥
विधासमापत्तिस्तद्रूपःपरिणामस्यार्थः॥सावसमापत्तिःसवितर्कानिर्वितर्कसविचारभेदेनचतुर्विधा
तत्रशब्दार्थज्ञानविकल्पैःसंकीर्णसवितर्कायस्यांसमापत्तौशब्दार्थज्ञानविकल्पसंभिन्नःस्थूलावभा
सःसावितर्कासमापत्तिः॥स्मृतिपरिशुद्धौस्वरूपशून्येवार्थमात्रनिर्भासानिर्वितर्कायदाश्रयमात्रप्रव
णेनचेतसाश्रयमात्राविशेषेनतदभ्यासाज्जातीयकतानुपगतासंकेतस्मृतिस्सक्तातद्योगेचश्रुतानु
मानविकल्पोतन्मूलौसंकेतश्चातिक्रांतायांसमाधिप्रज्ञायांस्वरूपमात्रेणैवस्थितोर्थःतत्स्वरूपमात्र
तयैवतनुविकल्पितेनाकारेणापिविरचितेसास्थूलविषयासवितर्कासमापत्तिः॥एतयैवसवि
चारानिर्विचाराचसूक्ष्मविषयाव्याख्यातासूक्ष्मतन्मात्रेंद्रियैरिशब्दार्थविकल्पसहितस्वेनरेश॥
कालधर्मावच्छिन्नःसूक्ष्मार्थःप्रतिभातियस्यांसासविचारासमापत्तिः॥देशकालधर्मरिरहितोधर्मि
मात्रतयासूक्ष्मोर्थःप्रतिभातियस्यांसानिर्विचारसमापत्तिःसायोगीनामेवपरंप्रसक्ताअसरागेप

५ विद्रोषार्थत्वात्यात्रतंभराप्रज्ञासाद्बाह्यानुमानतस्तानविलक्षणासूक्ष्मव्यवहितान्विषया

गंधस्याभावात्॥एतासूचसमापत्तिषुसवितर्कास्थूलविषयामपेक्ष्यनिर्वितर्कायाःप्राधान्येनतोपि
सूक्ष्मविषयायाःसविचारायास्तोपिनिर्विकल्परूपायाःप्रधानपर्य्यनसूक्ष्मार्थविषयानिर्विचारायास्तु
स्याअपिनिर्विचारायाःप्रकृष्टाभ्यासवशान्नैर्मल्येचित्तेकृतावासनारहितेस्थितिप्राप्तायोग्यंभवतिऋतंभ
रातत्रप्रज्ञातदाचविपर्य्ययगंधेनापिनसंस्पृशतिऋतंभराख्याप्रज्ञायतेश्रुतानुमानप्रज्ञाभ्यामन्यवि
षयात्स्फुटतरेणैवरूपेणभासयति॥तथाचभाष्यकृद्भिरुक्तंश्लोकद्वयं॥प्रज्ञाप्रासादमारुह्यअशोच्यः
शोचयतेजनान्॥भूमिष्ठानिवशैलस्थःसर्वान्प्राज्ञोनुपश्यति॥आगमेनानुमानेनध्यानाभ्यासबलेनच
त्रिधाप्रकल्पयन्प्रज्ञांलभतेयोगमुत्तममिति॥तज्जःसंस्कारोन्यसंस्कारप्रतिबंधीयतज्जनितैश्चसंस्कारै
र्विक्षेपजासंस्काराःकार्य्यास्समाभवंतिनएवसबीजःसमाधिःनरेवमुक्ताश्चतस्रःसमापत्तयःसहवा
जेनालंबनेनवर्त्तंतइतिचुक्ष्यासबीजःसमाधिरिष्यतेइत्युच्यते॥यःसविकल्पकःसंप्रज्ञातसमाधिरितिपूर्व
मुक्तःतस्यापिनिरोधेसर्वनिरोधान्निर्बीजःसमाधिः॥तस्यापिसबीजस्यापिप्रविलयेसर्वासांचित्तवृत्तीनां
स्वकारणेप्रविलयायायासंस्कारमात्रावृत्तिरुदेतितस्यानेनेतिकेवलंपर्युदासनान्निर्विकल्पकोनिर्बीजा
ख्यःसंप्रज्ञातसमाधिर्भवति॥तस्मिन्सतिपुरुषःस्वरूपमात्रज्योतिःप्रतिश्रुद्धोभवति॥अयमेवनिर्बीज
समाध्याख्योयोगःपरमपुरुषार्थहेतुःनैनव्यतिरेकेणमोक्षस्यसंभावनाप्यस्ति॥अत्रचश्रुतिस्मृतिपुराणे
तिहासादिवाक्यंप्रमाणं॥वासिष्ठेदुःसहरागसंसारविषवेगविषूचिका॥योगगारुडमंत्रेणपावनेनोपशा
म्यति गारुडपुराणे॥तथायनेनमतिमान्यथास्यान्निवृत्तिःपरा॥योगेनलभ्यतेसातुनचान्येनतु केनचित्॥

भवतापप्रतप्तानांयोगोहिपरमौषधं॥परावरप्रसक्ताधीर्यस्यनिर्वेदसंभवा॥सचयोग्नाग्निनारण्यसमस्तक्लेश
संचयःनिर्वाणंपरमंसर्वं प्राप्नोत्यपिनसंशयः॥संप्राप्तयोगसिद्धिस्तुपूर्णेयस्त्वात्मदर्शनात्॥नकिंचिदृश्यतेका
र्यंनैवसक्लेशकृतं॥आत्मारामःसुखमासीतिकोगतः॥अनलस्यापिनिर्वेदःसदानंदमयस्यच॥तपसाभा
वितात्मानोयोगिनःसंयतेंद्रियाः॥प्रतरंतिमहात्मानोयोगेनैवभवार्णवंहरिः॥यास्तवल्क्यस्मृतौ॥दम्भाचा
रमहिंसारतास्वाध्यायकर्मणा॥अयंतुपरमोधर्मोयद्योगेनात्मदर्शनमिति॥महर्षिमतंगअग्निशेषादि
कान्यतान्विहायद्विजसत्तमः॥योगाभ्यासरतःशांतःपरब्रह्माधिगच्छति॥ब्राह्मणक्षत्रियविशांस्त्रीशूद्रस्य
चपावनम्॥शांतयेकर्मणामन्द्योगान्नास्तिविमुक्तये॥कूर्मपुराणेशिववाक्यं॥अतःपरंप्रवक्ष्यामियोगंपर
मदुर्लभं॥येनात्मानंप्रपश्यंतिभानुमंतमिवेश्वरं॥योगाग्निर्दहतिक्षिप्रमशेषंपापपंजरं॥प्रसन्नंजायतेतत्त
नसाक्षान्निर्वाणसिद्धिदं॥सन्यासिनोगृहस्थाश्चवनस्थाब्रह्मचारिणः॥तेषांनिस्पृहियुक्तानांमायातत्समुद्भ
वैः॥नाशयामितमःकृत्स्नंतानरीपेनमाचिरात्॥यथाविधूयमोहकालिलंलब्ध्वायोगमनुत्तमम्॥गृह
स्थोमुच्यतेवंधान्नात्रकार्याविचारणा॥तथावानप्रस्थप्रकरणे॥योगाभ्यासरतश्चस्याद्ब्रह्मध्यायीभवेद्सदे
ति॥संचर्नः॥अग्नीनात्मनिसंस्थाप्यद्विजःप्रव्रजितोभवेत्॥योगाभ्यासरतोनित्यमात्मविद्यापरायणइति॥
यतिधर्मप्रकरणेमनुः॥भूतभावनवेक्षेतयोगेनपरमात्मनः॥देहेषुचैवोपपत्तिमुत्तमेष्वधमेषुचेति॥नर
सिंहपुराणे॥योगाभ्यासरतस्येहपुसोनश्यतिपातकं॥विद्यानपोभ्यांसंपन्नोयःपुमान्योगतत्परः॥देहेदृश्यवि
लयात्मुक्तोभवतिबंधनात्॥स्कंदपुराणे॥अस्यचोपियथारीपःसुमहान्नाशयेत्तमः॥योगाभ्यासस्तथा

त्रोपिमहापापविनाशयेत्॥विष्णुधर्मे॥यद्वेयः सर्ववर्णा नांस्त्रीणामप्युपकारकम्॥अपिकीटपतंगेभ्यस्तन्नः
श्रेयःपरंवदयुक्तःकपिलःपूर्वदेवैर्वर्षिभिस्तथा॥योगएवपरंश्रेयस्तेषामित्युक्तवान्पुरा॥महाभारतेयो
गमार्गेप्रस्तुत्यासः॥अपिवर्णावरुरुस्तुनारीवाधर्मकांक्षिणीतावप्येतेनमार्गेणगच्छेतांपरांगतिं॥यदिवास
र्वधर्मज्ञोयदिवाप्येकपुमान्॥यदिवाधार्मिकश्चेष्टोयदिवापापकृत्तमः॥यदिवापुरुषव्याघ्रोयदिवास्त्रैव्य
धारक॥तरत्येवमहादुःखंजरामरणसागरम्॥अपिनिःश्वासमात्रोपिशब्दब्रह्मातिवर्तते॥भगवद्गी
तायां॥यत्सांख्यैःप्राप्यतेस्थानंतद्योगैरपिगम्यते॥एकंसांख्यंचयोगंचयःपश्यतियोगतत्त्वप्रकाशे॥दत्तात्रेयः
॥ब्राह्मणःश्रमणोवापिबौद्धोवापतितोपिवा॥कापालिकोवाचार्वाकःश्रद्दधानसहितःसुधीः॥योगाभ्यासरतोनि
त्यंसर्वसिद्धिमवाप्नुयात्॥सपश्यतियोगयुक्तोविशुद्धात्माविजितात्माजितेंद्रियः॥सर्वभूतात्मभूतात्माकुर्वन्न
पिनलिप्यते॥नास्तिबुद्धिरयुक्तस्यभावना॥नचाभावयतःशांतिरशांतस्यकुतःसुखंयुञ्जन्नेवंसदात्मानं
योगीनियतमानसः॥शांतिंनिर्वाणपरमांमत्संस्थामधिगच्छति॥नेहाभिक्रमनाशोस्तिप्रत्यवायोनविद्य
ते॥स्वल्पमप्यस्यधर्मस्यत्रायतेमहतोभयात्॥वेदेषुयज्ञेषुतपःसुचैवदानेषुयत्पुण्यफलंप्रदिष्टं॥अत्ये
तितत्सर्वमिदंविदित्वायोगीपरंस्थानमुपैतिचाद्यं॥तस्माद्योगायुज्यस्वयोगःकर्मसुकौशलमिति॥योग
शास्त्रे॥एतद्विमुक्तिसोपानमेतत्कालस्यवंचनं॥यद्ध्यावृतंमनोयोगारासक्तंपरमात्मनि॥योगबीजे॥देवु
वाच॥नमस्तेअरिनाथायविश्वनाथायतेनमः॥नमस्तेविश्वरूपायविश्वात्मनेतेनमः॥उत्पत्तिस्थितिसं
हारकारिणेक्लेशहारिणे॥नमस्तेरेवरेवेशनमस्तेपरमात्मने॥नमस्तेपरिपूर्णायजगदानंदहेतवे॥सदाशिव

नवायुक्तस्य

जगन्नायकरूणामृतवारिधे॥सर्वेजीवाःसुखेदुःखैर्मायाजालेननेक्षिताः॥तेषांमुक्तिःकथंदेवकृपयावरदांकुरु
॥सर्वसिद्धिकरोमार्गोमायाजालनिकृंतनकः॥जन्ममृत्युजराव्याधिनाशकःसुखदश्चयः॥नानामार्गास्त्वयादेव
कथितास्तुमहेश्वर॥अधुनामोक्षदंमार्गंब्रूहियोगविदांवर॥ईश्वरउवाच॥बद्धायेनविमुच्यंतेनेदेविमार्ग
मनःपरम्॥तमहंकथयिष्यामितवप्रीत्यासुरेश्वरी॥नानामार्गैस्तुदुःप्रापंकेवलंमेपरंपदं॥सिद्धिमार्गेणल
भ्येतनान्यथाशिवभाषितं॥अनेकरातसंख्याभिस्तर्कव्याकरणादिभिः॥पतिताःशास्त्रजालेषुप्रलपंतेविमो
हिताः॥अनिर्वाच्यंपरंवक्तुंनशक्यतेसुरैरपि॥स्वात्मप्रकाशरूपंतत्किंशास्त्रेणप्रकाश्यते॥निःकलंनिर्मलंशां
सर्वातीतंनिरामयं॥नेदंतज्जीवरूपेणपुण्यपापफलैर्वृतम्॥देव्युवाच॥परमात्मपरंनित्यंतत्कथंजीवतां
गतं॥तन्मेब्रूहिमहादेवप्रसादात्कथयस्वमे॥ईश्वरउवाच॥सर्वभावपरातीतंतदानरूपंनिरंजनं॥चारि
वस्फुरितंस्वस्मिंस्तत्राहंकारउत्थितः॥पंचात्मकंभूमिरंधातुबंधगुणात्मकं॥सुखदुःखैःसदायुक्तंजी
वभावनयाकृतम्॥तेनजीवाभिधाप्रोक्ताविभुत्वेपरमात्मनि॥कामःक्रोधोभयंचिंताज्ञेनमोहमदाराजः
॥जरामृत्युश्चकार्पण्यंशोकस्तंद्राक्षुधातृषा॥द्वेषोलज्जासुखंदुःखंविषादोहर्षएवच॥जाग्रत्स्वप्नःसुषु
प्तिःश्वसंकागर्वस्तथैवच॥एभिर्दोषैर्विनिमुक्तःसजीवःशिवएवहि॥तस्मादोषविनाशार्थमुपायंक
थयामिते॥ज्ञानंकेचिद्वदंत्यत्रकेवलंतत्सिद्धये॥योगहीनंकथंज्ञानंमोक्षदंभवतीश्वरी॥योगोपिज्ञान
हीनस्तुनस्तमोमोक्षकर्मणि॥देव्युवाच॥अज्ञानादेवसंसारोज्ञानादेवविमुच्यते॥योगेनेषांतुकिंकार्य्य
मेप्रसन्नगिरावर॥ईश्वरउवाच॥सत्यमेतत्त्वयोक्तंनेकथयामिसुरेश्वरि॥ज्ञानस्वरूपमेवादौतेयंत

नेनसाधनं॥अज्ञानंकीदृशंचेतिप्रविचार्यविवेकिना॥ज्ञानंयेननिजंरूपंकेवलंपरमंशिवम्॥असौदो
षैर्विमुक्तःकिंकामक्रोधभयादिभिः॥सर्वदोषैर्वृतोजीवःकथंज्ञानेनमुच्यते॥देव्युवाच॥त्वात्मरूपंयदा
ज्ञानंपूर्णंनद्वापकंनरं॥कामक्रोधादिदोषाणांस्वरूपान्नालिभिन्नता॥पश्चाज्ज्ञानस्यविधिःकोवानिषेधो
पिकथंभवेत्॥विवेकिसर्वदामुक्तःसंसारभ्रमवर्जितः॥ईश्वरउवाच॥यदिपूर्णस्वरूपंतत्सत्यमेतद्वदा
मि॥सकलंनिःकलंचैवपूर्णत्वाच्चनदेवहि॥कलनास्फूर्तिरूपेणसंसारभ्रमतांगतः॥निःकलंनिर्मलंशां
तंस्वरूपंगगनोपमं॥उत्पत्तिस्थितिसंहारस्फूर्तिज्ञानविवर्जितं॥एवंरूपंसमायातःसकथंमहसागरे॥नि
मज्जतिवारांदेहसक्तधियःपुनःपुनः॥सुखदुःखादिमोहैश्चयथासंसारिणांस्थितिः॥तथाज्ञानीयदाज्ञानि
ष्टहासनावासिनस्तदा॥तयोर्नास्तिविशेषोत्रसमासंसारभावना॥ज्ञानंचेदीदृशंजातमज्ञानंकीदृशंपुनः
ज्ञानंनिश्चेविरक्तोपिधर्मज्ञोविजितेंद्रियः॥विनायोगेनदेवेशिनमोक्षंलभतेप्रिये॥देव्युवाच॥अन्य
ल्लिंगंसदिसेयंज्ञानिनांनानिर्णयंकर॥विरक्तालक्षणंज्ञानांकथंमोक्षोभवेन्नतु॥ईश्वरउवाच॥अपक्वाप
रिपक्वाच्चद्विविधादेहिनःस्मृताः॥अपक्वायोगहीनास्तुपक्वायोगेनदेहिनः॥पक्वोयोगाग्निनादेहीअ जः
शोकवर्जितः॥जडस्तुपार्थिवोसेयःअपक्वोदुःखरोभवेत्॥ध्यानस्थेसोनयाप्येवमिंद्रियैर्विवशोभवेत्॥ता
निगाढंनियंतापिनयाप्यन्यैःप्रबाध्यते॥शीतोष्णसुखदुःखाद्यैर्व्याधिभिर्मानवैस्तथा॥अन्यैर्नानाविधै
र्जीवैःशस्त्राग्निजलमारुतैः॥शरीरपीड्यतेनैस्तुचित्तंसंक्षोभ्यतेततः॥तयाप्राणविपत्तौतुक्षोभमाया
तिमारुतैः॥ततोदुःखशतैर्व्याप्तंचित्तंशुध्यंभवे--वसानसमयेचित्तंयद्भावयेत्॥तत्तदेवभवेज्जी

वरस्येवंजन्मकारणं॥देहांतेकिंभवेज्जन्मनज्ञानंतिमानवा॥तस्माज्ज्ञानंचवैराग्यंजपश्चकेवलंश्रमः॥पिपी
लिकायराजन्मारेहेज्ञानाद्विमुच्यते॥असौकिंवृश्चिकैर्दृष्टोरेहांतेवाकथंसुखं॥तस्मान्मूढानज्ञानंतिमिथ्या
नर्केणचेष्टिता॥अहंकृतिर्महायस्यनश्यतिरेहनः॥सभवेज्जनशेवैव्याधयस्तस्यकिंपुनः॥जलाग्निरा
स्त्रघा——गंधःकस्यभविष्यति॥यथायथापरिक्षीणापुष्पबहिःकृतिर्भवेत्॥तन्मानेनास्यनश्यंतियेस
वैपिरागरयः॥कारणेनविनाकार्यंनकदाचनविद्यते॥अहंकारंविनातद्वद्देहेदुःखंकथंभवेत्॥देव्युवाच॥
योगिनःकथमानस्तुकिंनेत्यवहरंतिच॥लोकयंत्यवहारस्तुक्षीयतेवरशंकर॥देहावसानमथवानेषां
भवतिकीदृशं॥एतन्मेसंशयंरेवछेत्तुमर्हसिपावन॥ईश्वरउवाच॥शरीरेणजिताःसर्वेशरीरंयोगि
भिर्जितं॥नरकंयंकुरुतेनेषांसुखदुःखादिकंफलं॥इंद्रियादिमनोबुद्धिकामक्रोधादिकंजितं॥तेनैवविजि
तंसर्वंनाशोकेनापिबाध्यते॥महाभूतानिनस्तानिसंहतानिक्रमेणतु॥ससधातुमयोदेहोरग्योयोगाग्नि
नाशनैः॥देवैरपिनतस्येतयोगदेहोमहाबलः॥छेदबंधैर्विनिर्मुक्तोनानाशक्तिधरःपरः॥यथाकाशस्त
थादेहोआकाशादपिनिर्मलः॥सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरोदेहोस्थूलस्थूलोजडाज्जडः॥इच्छारूपोयोगिदेहःस्वतंत्र
स्तजरामरः॥क्रीडतिविषुलोकेषुस्त्रीलयायत्रकुत्रचित्॥अचिंत्यशक्तिमान्योगीनानारूपाणिधारय
न्॥संहरेच्यपुनस्तानिस्वेछयाविजितेंद्रियः॥मरणंतस्यकिंदेविपृच्छसीदुसमानने॥नासौमरणमाप्नोति
पुनर्योगबलेनच॥पुरेवमनएवासौमनस्यमरणंकुतः॥मरणंयत्रसर्वेषांनत्रासौसविजीवति॥यत्रजी
वंतिमुढास्तुतत्रासौम्रियतेमरः॥कर्तव्यंनेवतस्यास्तिकृतेनासौनलिप्यते॥जीवन्मुक्तःसदास्वछःसर्वदो

षविवर्जितः॥विरक्तास्तानिनश्चान्येरेहनविजिताःसदा॥तेकथंयोगिभिस्तुल्यामांसपिंडकुदेहिनः
देव्युवाच॥ज्ञानिनश्चमृतायेवैतेषांभवतिकादृशा॥गतिःकथयदेवेशकारुण्यामृतवारिधे॥ईश्वरउ
वाच॥देहांतेज्ञानिनःपुण्यासापापक्षयमाप्यते॥यादृशंतुभवेत्तत्तुक्तास्तानीपुनर्भवेत्॥पश्चात्सुण्यनत
न भतेसिद्धेनसहसंगतिर्नृणां॥सिद्धस्यकृपयायोगीभवतिनान्यथा॥ततोनश्यतिसंसारोनान्यथाशिवभाषि
तं॥देव्युवाच॥ज्ञानादेवहिमोक्षंचवदंतिज्ञानिनःसदा॥नकथंसिध्यतितेयोगःकिंमोक्षस्तेभवेत्॥ईश्व
रउवाच॥ज्ञानेनैवतुमोक्षोहिवाक्यंतेषांतुनान्यथा॥सर्ववदंतिखड्गेनजयोभवतिनहिकिं॥विनायुद्धेनवी
र्येणकथंजयमवाप्नुयात्॥तथायोगेनरहितंज्ञानंमोक्षायतेभवेत्॥ज्ञानंविनाहियोगोपिनसिध्यतिकदा
चन॥तस्मात्रवरारोहेतयोःछेदोनविद्यते॥जन्मांतरेष्वबहुभिर्योगोज्ञानेनलभ्यते॥ज्ञानंतुजन्मनैकेन
योगादेवप्रजायते॥तस्माद्योगंसमारुह्यनास्तिमार्गस्तुमोक्षदः॥देव्युवाच॥बहुभिर्जन्मभिर्ज्ञानंयोगः
संप्राप्यतेकथम्॥योगंतुजन्मनैकेनकथंज्ञानमवाप्यते॥ईश्वरउवाच॥प्रविचार्यचिरंज्ञानान्मुक्तोहिमिति
मन्यते॥किमस्यमननादेवमुक्तिर्भवतिनक्षणात्॥पुमाञ्जन्मांतरज्ञानेयोगादेवविमुच्यते॥नतथाभवि
तायोगाज्जन्ममृत्युःपुनःपुनः॥प्राणापानसमायोगाच्चंद्रसूर्य्यैक्यताभवेत्॥ससधातुमयंदेहमग्नि
नाजारयेद्बुधः॥व्याधयस्तस्यनश्यंतिछेदघातादिकंतथा॥तथासौपरमाकाशरूपोह्येवतिष्ठते॥किं
पुनर्बहुनोक्तेनमरणंनास्तितस्यवै॥देहिवदृश्यतेलोकेरज्ज्वकर्पूरवत्स्वयम्॥योगात्परतरंपुण्ययो
गात्परतरास्थितिः॥योगात्परतरंसूक्ष्मंयोगमार्गात्परंनहि॥महाभारते॥समीरणगतोवह्निर्देहे

कृत्स्नामहीमपि॥तद्ज्ञानबलोयोगीरिपुनेजामहाबलः॥अंतकालउपावृत्तःकृत्स्नंसंशोषयेज्जगत्॥वि
शतिचावशाःपार्थयोगाःयोगबलान्विताः॥प्रजापतिन्ऋषीन्देवान्महाभूतानिवेश्वराः॥नयमोनांतकःकु
द्धोनमृत्युर्भीमविक्रमः॥ईशानेनृपतेसर्वेयोगस्यामिततेजसः॥आत्मानंचसहस्राणिबहूनिभरतर्षभ॥यो
गीकुर्य्याद्वशंप्राप्यनैश्वर्यंवैमहीचरेत्॥प्राप्नुयाद्दिषयान्कृत्स्नान्सुनश्येत्तपश्चरेत्॥संक्षिपेच्चपुनस्तान
सूर्यस्तेजोगुणानिवेति॥मानसोह्युपसंस्तुत्याचार्य्यप्रसादेनयोगाभ्यासवशेनच॥ईश्वरानुग्रहेणापिस्वा
बोधोयदाभवेत्॥भुक्तंयथान्नंकुक्षिस्थंस्वास्थ्यंतेनैवपश्यति॥पूर्णाहंनाकवलितंविश्वंयोगीश्वरस्थे
तिराजयोगोवामरेवंप्रतिशिववाक्यं॥राजयोगस्यमहात्म्यंकोहिजानातिनत्वतः॥नत्वानीवसतेयत्र
सरेशःपुण्यभाजनं॥दर्शनादर्शनान्नस्त्रिसप्तकुलसंयुताः॥अस्तमुक्तिपरंयांतिकिंपुनस्मरायणाः
॥अतयोगंबहिर्योगंयोजानातिविशेषतः॥स्वयमप्याप्यसोवंद्यःशेषेबंधस्तुकिंपुनरिति॥कूर्मपुराणे
येककालंद्विकालंवात्रिकालंनिसमेववा॥येयुंजंतेमहायोगंविंतेयास्तेमहेश्वरारति॥गीतायां॥तपस्वि
भ्योधिकोयोगीतानिभ्योपिमतोधिकः॥कर्मिभ्यश्चाधिकोयोगीतस्माद्योगीभवार्जुनेति॥ब्रह्मांडपुराणे
त्रहस्थानांसहस्रेणवानप्रस्थशतेनच॥ब्रह्मचारीसहस्रेणयोगएवविशिष्यतेनरति॥ब्रह्मवैवर्तेकृताथो
पितरौतेनधन्योदेशःकुलंचतत्॥जायतेयोगवान्यस्यरत्नमस्यतिव्रजेत्॥दृश्यःसभाषितःस्पृश्यःपुंप्रस
त्यादिवेकवान्॥नवकोटिकुलोपांतंपुनातिव्रजितंनृणां॥अयंतुपरमोधर्मोयद्योगेनात्मदर्शनम्॥इति॥व
शिष्टेयस्यानुभवपर्यंतंतत्वबुद्धिःप्रवर्त्तते॥तदृष्टिगोचराःसर्वेमुच्यंतेसर्वपातकैः॥स्कंदपुराणे॥आसने

नरंजनिप्राणायामेनपानकं विकारंमानसंयोगीप्रत्याहारेणमुंचति धारणाभिर्मनोधैर्य्यंध्यानादिश्च
रदर्शनम् समाधिनात्म्यब्रह्मसंस्पर्शकर्मशुभाशुभमिति ननुचित्तवृत्तिनिरोधाख्यस्ययोगस्यप्र
माणबहिर्भूतत्वात्कथंनज्ञन्यतानेनात्मानिवृत्तिर्नचात्मानिवृत्तिमंतरामोक्षस्यसंभावनाप्यस्ति
नथाचश्रुतिः नमेवविदित्वामृत्युमेतिनान्यःपंथाविमुक्तयेरतिचेत् सत्यं मनसैवतदवासव्यंद्व
ग्रयेतत्रयाबुध्यासूक्ष्मयासूक्ष्मदर्शिभिरित्यादिश्रुतिबलात्मनःप्रमाणंनत्वमस्यादिवाक्येनुपरोक्ष
ज्ञानजनकमेवेतिपक्षःयदाश्रीयतेनरायोगाभ्यासनिरस्तसमस्तरोषणमनसात्मसाक्षात्कारोदयोभ
वेत् यदानुयतोवाचोनिवर्त्तंतेअप्राप्यमनसासह एनदप्राप्यंध्रुवमित्यादिश्रुतिबलात्प्रमाणस
द्भावात्तच्चसंस्कारवन्मनोग्राह्यंप्रमाणंनत्वमसीत्यादिवाक्यादेवपरोक्षज्ञानेदयतिपक्षकक्षीकारस्तदा
पिसमाधिनिरस्तसमस्तचित्तदोषस्यपुंसोमहावाक्यादेवसाक्षात्कारसंभवः तथाचविद्यारण्यश्रीपाद
ध्यानध्यानेपरित्यज्यकेवलैकगोचरं निर्वातदीपवच्चित्तंसमाधिरभिधीयते अमुनावासनाजालं
निःशेषंप्रविलापितंसमूलोन्मूलितपुण्यपापाख्यकर्मसंचये वाक्यमप्रतिबंधंसन्महावाक्यश्रवणादिने
करामलकवद्बोधमपरोक्षप्रसूयते इति किंच प्रमाणप्रमेयप्रमातृनिरूपणत्रिविधासंभावनानिवारक
स्यसांगयोगानुष्ठानस्यसाक्षात्कारेद्वारेणश्रुत्येवविहितत्वात् तथाहि आत्मावाअरेद्रष्टव्यःश्रोतव्योमं
तव्योनिदिध्यासितव्यइति स्मृतिश्च श्रोतव्यःश्रुतिवाक्येभ्योमंतव्यश्चोपपत्तिभिः मत्वाचसततंध्येयएते
दर्शनहेतवइति श्रवणंमननंनियमएवेयुक्तंनिरध्यासनंनुनिर्गुणोपासनेरूपंध्यानंवासंप्रज्ञातसमाधि

LIBRARY OF THE BOMBAY BRANCH OF THE ROYAL ASIATIC SOCIETY

रूपंवापरिपक्वंसन्निर्बीजसमाधिर्भवति तथाचविद्यारण्यश्रीपादाः निर्गुणोपासनंपक्वंसमाधिः
स्याच्छनैस्तनः यःसमाधिर्न्निरोधाख्यःसोनायासेनलभ्यते निरोधलाभेपुंसोनरसंगंवस्तुशि॰
ष्यते पुनःपुनर्वासितेस्मिन्वाक्याज्जायेततत्त्वधीः योगाभ्यासस्तेनरर्योमृतबिंदूपनिषच्छ्रुतः ध
र्ममेघमिमंप्राहुःसमाधियोगवित्तमाः वर्षंसेषयतोधर्मामृतधाराःसहस्रशः अनाद्यविद्यसंसा
रेसंचिताःकर्मकोटयः अनेनविलयंयांतिशुद्धोधर्मोविवर्धतइति अत्रयद्यपिउद्दालपुराणादिवाक्ये
षुप्राणिमात्रस्ययोगेधिकारोलभ्यते तथापिमोक्षरूपफलवतयोगेविरक्ताधिकारस्यैवोचितत्वात् त
थाचवायुसंहितायां दृष्टेनयानुश्रविकेविरक्तंविषयेमनः यस्यतस्याधिकारोस्मिन्योगेनान्यस्यकस्यचित्
सुरेश्वराचार्याः रहसुत्रविरक्तस्यसंसारंप्रजिहासतः जिज्ञासोरेवचैकास्यंत्रय्यंतेत्यधिकारिणेति
अत्रेयंव्यवस्थाचतुर्वर्णेषु ब्राह्मणस्यैव तत्रापिसन्यासिनएवतत्रापिरहजन्मजन्मांतराचिराभ्यस्त
योगनरेहात्मतत्त्वसाक्षात्कारेहात्मतत्त्वबाधकमेनादृढसमुत्पन्नतत्त्वसाक्षात्कारस्यैवमोक्षोभवति अ
न्येषांतुक्षत्रियवैश्यशूद्रस्त्रीणांयोगाभ्यासेनतत्त्वनिश्चयानामपिक्रमेणब्राह्मणजन्मासाद्यैवमोक्षोभव
ति तथाचगरुडपुराणे योगाभ्यासोनृणांयेषांनास्तिजन्मांतरादृतः योगस्यप्राप्तयेतेषांशूद्रवैश्यादिकः
क्रमःस्त्रीत्वाशूद्रत्वमभ्येतिततोवैश्यत्वमाप्नुयात् ततश्चक्षत्रियोविप्रःक्रियाहीनस्ततोभवेत्
अनूचानस्ततोयज्वाकर्मन्यासीततःपरं ततोज्ञानित्वमभ्येतियोगमुक्तिक्रमाल्लभेदिति येषां
जन्मांतराभ्यस्तयोगसंस्कारोनास्तितेषांस्त्रीशूद्रवैश्यक्षत्रियाणांयोगस्यप्राप्तयेमोक्षस्यलाभाये

राम २४

रानीतरयोगंगानुशनेनवास्यवर्णाश्रमविहितधर्मश्रुतशनेनवाउत्कटसूक्ष्मधर्मानरणेवाक्रमेण
वाप्राप्तब्राह्मणजन्मनांकृतसन्यासानांचिराभ्यस्तयोगानांमोक्षोभवतीत्यंक्रमः येषांपुनर्जन्मांत
राभ्यस्तयोगसंस्कारोनुवर्त्ततेतेषांतेनैवपूर्वसंस्कारेणपुनःप्राप्तयोगानांक्रमेणब्रह्मजन्मप्राप्तिद्वा॰
रामोक्षोभवतीत्यर्थः रानधर्मेतुराक्रेणब्राह्मण्यार्थंनपस्यते श्रयमर्थोमानंगायविस्तरेणोपवर्णि॰
तः करामुक्तिर्भवित्रीनोधर्मजनेतिवापगः समापृष्टस्तुप्रोवाचब्राह्मणोभविनायरा प्रार्थितोमु
चुकुंदेनमोक्षार्थमितिकेशवः उक्तवानप्रजोभूत्वामोक्ष्यसेभवबंधनात् भरतार्ष्योमहीपालेधर्मव्या
धारयत्मा योगाभ्यासरतांतांब्रह्मज्ञानरतान्क्वापिविप्रजन्म समासाद्यतेमुक्तिरितिश्रूयते॰
तद्व्याख्यानेलिख्यंतेग्रंथविस्तरभीतितः एवंचसतिजनकादयःक्षत्रियास्तुजाधारादयोवैश्याः गा॰
र्गीमुखाद्याःस्त्रियोविदुरपैलवकादयः शूद्राः ब्राह्मणजन्मासाद्यैवमुक्तिरितिनिश्चीयते ननुनिर
समसमस्तशंकाकलंकसंजातब्रह्मात्मतत्त्वसाक्षात्काराणामपिपुनर्जन्मसंबद्धमिवभासतइतिचे
न् नसर्वब्रह्मतत्त्वचूडामणीनांवसिष्ठादीनामेवानेकजन्मश्रवणात् आत्मामेषांजन्मवार्तायेषांप्रसा
दादेतेषांतत्साक्षात्कारतेषामेवेश्वराणांब्रह्मविष्णुशिवादीनांश्रूयतेअनेकजन्मश्रवणात्

तथाचवासिष्ठेवसिष्ठंप्रतिभुशुंडोक्तिः मुनेतेत्र
त्पुत्रस्यजन्मान्यमभिरंकिल संस्मराम्यहमेसर्गेतस्मिंस्त्वंममसंगतः कदाचिज्जायसेव्योम्नःकदाचि
ज्जायसेजलात् कदाचिज्जायसेशैलात्कदाचिज्जायसेऽनलात् रात्रसंहननंविद्धिमहीमवतरिष्यतः

अधुनैकारशंजन्मराभनाभविष्यति॥ व मुरेवणहविघ्नोर्भुवोभारनिवृत्तये॥अधुनाषोडशंजन्मभविष्यति
मुनीश्वरा॥रेणुकाजन्मनोजातःषडशारमिरंहरिः॥शतंकलियुगानांचहरेबुद्धशतानमिनिसंस्मरामीयु
न्नरेणसंबंधः॥गीतायां॥बहूनिमेव्यतीतानिजन्मानितवचार्जुनतानिसर्वाण्यहंवेदनत्वंवेत्थपरंतप॥नतु
नेषांजगद्रूपनियतिपालनार्थंजन्मेतिचेत्॥एवंतर्हिप्रकृतेपिब्राह्मणएवमोक्षाधिकारीतिपरमेश्वरनि
यतेर्विद्यमानत्वात्॥ननुजन्ममरणलक्षणसंसारानिवृत्तेरत्यंतपुरुषार्थत्वंतिचेत्॥नभोगैकनाश्य
प्रारब्धकर्मप्रतिबंधकापगमेमोक्षस्यावश्यंभावित्वात्॥नक्षीणसमयेपिजीवन्मुक्तिकरत्वाच्य॥नयाच
श्रुतिः॥नस्यतावदेवचिरंयावन्नविमोक्षेथसंपत्स्येसादिका॥प्रसिद्धश्चायमर्थः॥श्रुतिस्मृतिपुराणेतिहा
सादिषु॥यथाचयोगिनएवमुक्तिरुक्तापियोगबीजवाक्यासुदाहरन्नारदर्षिमेवपूर्वं॥ननुकाशीमरणा
त्प्राणिमात्रस्यमुक्तिः॥अयंतेकथंब्राह्मणएवमोक्षाधिकारीतिचेत्॥सत्यं॥तत्रापिशुनाशुभस्यकर्मभुक्त
वतएवप्राप्त रिव्यशरीरस्यैवविश्वनाथोपदेशाधिकारीणःश्रुतत्वात्॥दिव्यशरीरस्यचब्राह्मणशरीरस
मत्वात्॥व्यक्तश्चायमर्थोब्रह्मवैवर्ते॥अन्येतुयोगश्रद्धावंतःयोगाभ्यासेसर्वाधिकारश्रवणाद्यो
गाप्तत्वतोनमर्वएवमुक्त्यंतेन॥योगहीनानांस्त्रियादिनांतुक्रममुक्तिरित्याहुः॥कूर्मपुराणे॥ऋषय उ
चुः॥भगवन्देवतादिग्रहिरण्यास्त्रिभूरन॥चत्वारोह्याश्रमाःप्रोक्तायोगीनामेकउच्यते॥कूर्म उवाच॥स
र्वकर्माणिसन्यस्यसमाधिमचलंश्रितः॥यत्रास्तेनिश्चलोयोगीससंन्यासीनपंचमः॥तस्मादेतद्विजाती
नामाश्रमाणांचतुष्टयं॥सर्वेषुवेदशास्त्रेषुपंचमोपपद्यतइति॥यःसंप्राप्तनिर्बीजसमाधिःसएवसंन्यासी

राम
२५

ग

तेयः॥सर्वकर्मणांनिःशेषतस्त्यक्तत्वात्साक्षाज्ज्ञानमोक्षाधिकारित्वाच्य॥अतएवयोगाभावेसंन्यासे
दुःसाध्योनर्थाभ्यपेरपेभवति॥भवद्गीतायां॥यंसंन्यासमितिप्राहुर्योगंतंविद्धिपांडवनह्यसंन्य
स्तसंकल्पोयोगीभवतिकश्चन॥सन्यासस्तुमहाबाहोदुःखमाप्तुमयोगतः॥योगयुक्तोमुनिर्ब्रह्मन
चिरेणाधिगछति॥ननुबहुकालसाध्येयोगेप्रवृत्तस्यपुरुषस्यैरान्मध्येमृतस्यव्यर्थपरिश्रमभयेन
प्रत्यवायेनविघ्नैर्वाविषयसंसर्गदोषेणवायोगंपरित्यक्तवतोदुरंतयप्रत्यवायशंकयाचनप्रेक्षावतोत्र प्रव
र्तिर्युज्यतइतिचेत्॥नयोगाभ्यासमध्येमृतस्ययेगिनोयोगनिःसाधिसेप्रोक्तायोगसप्तभूमिकाविव
र्ण॥भूमिकाश्चवक्ष्यते॥॥रामउवाच॥मूढस्यासकृतोत्यस्यप्रवृत्तस्याधमस्यच॥अप्राप्तयोगसंगस्य
कथमुत्तरणंभवेत्॥एकामथद्वितीयांवातृतीयांचेतरांचवा॥आरूढस्यमृतस्यथकीदृशीभगवन्ग
तिः॥॥वसिष्ठउवाच॥मूढस्यारूढदोषस्यतावत्संसरणंतता॥यावज्ज्ञानंनरशतैर्मोक्षितापथमात्रभ्र
अथवासाधुसंगस्याकृतात्रीयत्नेनसंसारस्यपरामर्शाद्वैराग्यंसमुद्भवेत्॥वैराग्येसुदृढेजंतो
रवश्यंभूमिकोदयः॥ततोनश्यतिसंसारदुःखशास्त्रार्थसंग्रहः॥योगभूमिकयोक्तानवाप्तिस्यशरीरिणः॥
भूमिकांशनुसारेणक्षीयतेपूर्वदुःकृतं॥ततःसुरविमानेषुलोकपालपुरेषुच॥मेरुपर्वतकुंजेषुरम्यतेरम
णीसुखं॥ततःसुकृतसंभारेदुःकृतेचपुराकृते॥भोगक्षयात्परिक्षीणेयोगीचजायतेपुनः॥श्रुचीनांश्री
मतांगेहेयोगभ्रष्टोभिजायते॥जन्मत्रायोगमेवैषसेवतेयोगवासितः॥तत्रप्राग्भवनाभ्यस्तयोगभूमिक्र
मंबुधः॥दृष्ट्वापरिपतत्युच्चैरुत्तरंभूमिकाक्रमं॥योगबीजे॥रम्युवाच॥कथयत्वंमहारेवकाकमर्कटयोर्म

तं॥अन्यग्रंथेमयाप्रोक्तक्रियायोगमुरेश्वरि॥आदिनाथमहामार्गएकएवहिनान्यथा॥द्वित्रेवसंप्रा
तीयेनजन्मांतरशरीरतः॥क्रमेणप्राप्यतेप्राप्यमभ्यासेरचनान्यथा॥एकेनैवशरीरेणयोगाभ्यासा
च्छनैःशनैः॥चिरात्संप्राप्यतेसिद्धिर्मर्कटक्रमएवसः॥योगसिद्धिंविनादेहःप्रमादाद्यदिनश्यति
॥पूर्ववासनयायुक्तःशरीरंचान्यदाप्नुयात्॥ततःपुण्यवतांसिद्धेर्दुरणासहसंगतिः॥पश्चिमद्वार
मार्गेणजायतेत्रितंफलं॥पूर्वजन्मकृताभ्यासात्सत्वरंफलमश्नुते॥एतद्रहस्यंतत्कर्मय
तमुत्तमं॥तस्मात्कर्मतान्त्वंत्यक्त्वाभ्यासस्यपरंपरमिति॥भगवद्गीतायां॥अर्जुनउवाच॥अय
तिःश्रद्धयोपेतोयोगाच्चलितमानसः॥अप्राप्ययोगसंसिद्धिंकांगतिकृष्णगछति॥कच्चिन्नोभयविभ्रष्टः
छिन्नाभ्रमिवनश्यति॥अप्रतिष्ठोमहाबाहोविमूढोब्रह्मणःपथि॥एतन्मेसंशयंकृष्णछेतुमर्हस्यशे
षतः॥त्वदन्यःसंशयस्यास्यछेतानह्युपपद्यते॥भगवानुवाच॥पार्थनैवेहनामुत्रविनाशस्तस्यविद्य
ते॥नहिकल्याणकृत्कश्चिद्दुर्गतिंतातगछति॥प्राप्यपुण्यकृतांलोकानुषित्वाशाश्वतीःसमाः॥शुचीनां
श्रीमतांगेहेयोगभ्रष्टोभिजायते॥बुद्धेर्वाभ्यासयोगभ्रष्टस्यगतिमाहयवेति॥अथवायोगिनामेव
कुलेभवतिधीमतां॥एतद्धिदुर्लभतरंलोकेजन्मयदीदृशं॥तत्रतंबुद्धिसंयोगंलभतेपौर्वदेहिकं॥
यततेचततोभूयःसंसिद्धौकुरुनंदन॥पूर्वाभ्यासेननेनैवह्रियतेह्यवशोपिसः॥जिज्ञासुरपियोग
स्यशब्दब्रह्मातिवर्तते॥प्रयत्नाद्यतमानस्तुयोगीसंसिद्धकिल्बिषः॥अनेकजन्मसंसिद्धस्ततोयाति
परांगतिं॥इतिकौरवेगीतायोगशास्त्रेश्रीकृष्णार्जुनसंवादेश्रद्धायोगंजिज्ञासमानोपिशब्दब्रह्मवरस्यो

त्तिवर्तनंचेदंसर्ववेदोक्तसर्वकर्मसर्वफलापेक्षयाधिकंचिरकालंब्रह्मादिलोकवासलक्षणंफलप्राप्नोति
मदाराधनजिज्ञासामात्रेणैतादृशंफलंकिमुवक्तव्यंयोगाभ्यासेनफलाधिक्यमितिकैमुतिकन्यायमाह
जितासुरपीत्यादिना॥राजयोगे॥आदिशक्तिरुमाचैषामत्तोलब्धवतीपुरा॥अधुनाजन्मसंस्काराल
मेकोलब्धवानसि॥अन्यजन्मकृताभ्यासात्स्वयंतत्वंप्रकाशते॥सुप्तो[illegible]स्थितोसौप्रयत्नंविपरिहा
नाविनेति॥स्कंदपुराणे॥आमार्गेणापियोयोगंश्रद्धानःसमभ्यसेत्॥सोपिकालेनबहुनाध्रुवंयोग
मवाप्नुयादिति॥जैगीषव्योयथाविशेयथाचैवासितोदेवलः॥क्षत्रियाजनकाद्यास्तुतथाधारादयो
द्विजाः॥संप्राप्तापरमांसिद्धिंपूर्वाभ्यास[illegible]स्ययोगतः॥धर्मव्याधादयःसप्तशूद्रायेपिलवकादयः॥मैत्रे
यीसुलभाब्राह्मीगार्गीगोपिचनपत्निनी॥एतेनान्येचबहवोनीचयोनीगतास्त्रपि॥तानिशंपरांप्रा
प्तापूर्वजन्मसमाधितः॥किंचपूर्वजन्माभ्यासयोगःस्वाभ्यासपुण्यतारतम्येनकेचिद्ब्रह्मत्वंकेचिद्दे
वर्षित्वंकेचिद्ब्रह्मपुत्रत्वंकेचिद्ब्रह्मर्षित्वंकेचिन्मुनित्वंभूपत्वंचप्राप्तासंतस्तत्रोपरंधिनैवासमा
प्तात्कारवंतोबभूवुः॥यथाहिरण्यगर्भवसिष्ठनारदसनत्कुमारादिवामदेवशुकादयोजन्मसिद्धा
रत्वेवपुराणादिषुश्रूयते॥नास्तिरागसमंदुःखंनास्तित्यागसमंसुखं॥नास्तिरोगुसमोदेवोनास्तियो
गसमागतिः॥भूमिकालुहेयदुःखात्यंतहानाख्यैकवज्रसाधनीभूतंतत्तानंसमप्रज्ञायांनि
रूपयतिभगवतापतंजलिनासप्रोक्तासविधानस्यप्रांतभूमौप्रतेनिसूत्रेण॥तद्व्याख्यानंतु
उत्तमविवेकख्यातेःपुंसःप्रांतभूमौसकलसाक्षेवनसमाधिपर्यंतेप्रज्ञासमाधिर्भवति॥तत्रका

र्य्यविमुक्तिरूपाचतुर्विधः॥ज्ञानंमयासेयंनज्ञानंयंकिंचिदस्तिज्ञाणमोक्षेज्ञानक्षेनज्यंकिंचिदस्ति॥२॥
अधिगतंमयाज्ञानंश्रममयाविवेकख्यातिरिति॥४॥प्रसयांनरपरिहारेणनस्यामवस्थायामादृश्ये
वप्रतीजायतेएषाधीःकार्य्यविषयनिर्मलज्ञानरूपत्वात्कार्यविमुक्तिरियुच्यते॥चित्तविमुक्तिस्त्रि
विधा॥चरितार्थामेबुद्धिःगुणाःकृताधिकारागिरिशिखरपतितारवत्प्रावाणानपुनस्थितिंयास्यंति
स्वकारणेप्रलयाभिमुखानासेषांमोहाख्यमूलकारणभावान्निःप्रयोजनत्वाच्चकुतप्रवाहः॥सात्मीभू
तश्चमेसमाधिनस्मिन्सतिस्वरूपेप्रतिशेहमितेनादृश्यान्निविधाचित्तविमुक्तिरिति॥तस्याःसम
सप्रतायाःस्वरूपनिशेहमित्याकरत्वात्स्वरूपस्यचएतदात्म्यमिदंसर्वंतत्सत्यंसआत्मातत्वमसि॥क
मिहान्यंवावदिषनमएतसएतमेवपुरुषंनमपश्यतिएषनआत्मांतर्य्याम्यमृतइतिनान्यदतोस्ति
दृष्टिनि॥अहंब्रह्मास्मित्वंवाहमस्मिसत्यमेवनदित्यादिश्रुतिभिर्ब्रह्माभेदसिद्धेरहंब्रह्मास्मीत्याकारोवि
कख्यातोभवत्येव॥अस्याअपिनमोक्षोमोक्षसाधनत्वंकिंत्वेतदनंतरभाविनिर्विकल्पकद्वारैवतस्ये
वसर्ववृत्तिनिरोधरूपस्यमुख्ययोगस्यमोक्षसाधनत्वेनपूर्वोपन्यस्तेषुस्मृतिपुराणवाक्येषुनिर्देशा
त्॥अस्याश्चज्ञानसाधनीभूतायाविवेकख्यातेरत्यंतोयमभियोगानुशासनमेवचित्तशुद्धिद्वाराभि
निमित्तिवक्ष्यते॥एतावत्तुराघवविस्तरेणप्रोक्तंनयाहि॥वसिष्ठउवाच॥रामसमपरंज्ञानभूमिमा
कर्णयानघ॥ज्ञानयाज्ञानयाभूयोमोहरूपंकनिमज्जसिवरंनिबुद्धेरेनवारिनोयोगभूमिकाः॥मम
त्वमिमताज्ञानभूमिमाएवसुखप्रदाः॥अवबोधंविदुर्ज्ञानंतद्विसप्तभूमिकं॥मुक्तिस्तुतेयमित्यास्तेभू

राम २७

LIBRARY OF THE BOMBAY BRANCH OF THE ROYAL ASIATIC SOCIETY

मिकाभूमिर्कानरे॥ज्ञानभूमिःशुभेच्छाख्याप्रथमासमुदाहृता॥विचारणाद्वितीयातुतृतीयातनुमान
सा॥सत्वापत्तिश्चतुर्थीस्यात्ततोसंसक्तिनामिका॥परार्थभाविनीषष्ठीसप्तमीतुर्यगास्मृता॥आसामं
तःस्थितामुक्तिर्यस्यांभूयोनशोचति॥एतासांभूमिकानांत्वमिदंनिर्वचनंशृणु॥किंमूढइवनिशमिप्रेक्षे
हंशास्त्रसज्जनैः॥वैराग्यपूर्वमिच्छेतिशुभेच्छेयुच्यतेबुधैः॥शास्त्रसज्जनसंपर्कैवैराग्याभ्यासपूर्वकं॥
सदाचारप्रवृत्तिर्यात्प्रोच्यतेसाविचारणा॥विचारणाशुभेच्छाभ्यामिंद्रियार्थेष्वरक्तता॥यत्रसानतुनाभाव
प्रोच्यतेननुमानसा॥भूमिकात्रितयाभ्यासाच्चित्तेऽर्थविरतेर्वशात्॥सत्यात्मनिस्थितेशुद्धेसत्वापत्तिरुदा
हृता॥दृशाचतुर्ण्णाभ्यासात्संसर्गफलभङ्गतः॥रूढसत्त्वचमत्काराप्रोक्तासंसक्तिनामिका॥भूमिकापंचका
भ्यासात्स्वात्मारामतयादृढं॥आभ्यंतराणांबाह्यानांपदार्थानांचभावनात्॥परप्रयुक्तेमचिरंप्रयत्ने
नावबोधनं॥पदार्थभाविनीनामषष्ठीसंजायतेगतिः॥भूमिषट्कनिराभ्यासाद्दृढस्यानुषक्तंमनः॥य
स्यभावैकनिष्ठत्वंसातेयातुर्य्यगागतिः॥एषाहिजीवन्मुक्तेषुतुर्य्यावस्थेहविद्यते॥विदेहमुक्तविष
येतुर्य्यातीतमनःपरं॥राम॥सप्तानांयोगभूमिनांमभ्यासःक्रियतेकथं॥कीदृशानिचचिह्नानिभूमि
काप्रतियोगिनः॥वसिष्ठउवाच॥प्रवृत्तश्चनिवृत्तश्चभवतिद्विविधःपुमान्॥स्वर्गापवर्गोन्मुखयोःशृणु
लक्षणमेतयोः॥किंयत्तन्नामनिर्वाणंवरंसंसृतिरेवमे॥इतिनिर्णयकर्त्तायःसप्रवृत्तउदाहृतः॥चल
र्णवयुगच्छिद्रकूर्मग्रीवाप्रवेशवत्॥अनेकजन्मनामंतेविवेकीजायतेपुमान्॥असारेवनसंसारेत्यव
स्थालंमेमेतयाकिंकर्मभिः॥पर्य्युषितैरितिनेतिनेवनियते॥क्रियातिशयनिर्मुक्तंकिंस्याद्विश्रमणंपरं॥

रतिनिश्चयवान्योन्तःसनिर्वृतरतिस्मृतः॥कथंविरागवान्भूत्वासंसाराध्वेनराम्यहं॥एवंविचारणपरो
यदाभवतिसन्मतिः॥विरागमुपयात्यन्तर्वासनास्त्वनुवासरं॥क्रियासूररूपासुक्रमनेमोदनेन्वहं॥
ग्राम्यासुजडवेशासुसननंविचिकित्सति॥नोदाहरतिकर्माणिपुण्यकर्माणिसेवते॥पापाद्विभेतिसत
तंनचभोगमपेक्षते॥स्नेहप्रणयगर्भाणिपेशलान्युचितानिच॥देशकालोपपन्नानिवचनान्यभिभाषते
॥नरासौप्रथमामेकांप्राप्तोभवतिभूमिकां॥मनसाकर्मणावाचासज्जनानुपसेवते॥यतःकुतश्चिदा
नीयतानशास्त्राण्यवेक्षते॥एवंविचारवान्यःस्यात्संसारोत्तरणंप्रति॥सभूमिकावानियुक्तःशेषस्तार्य्यरति
रतिस्मृतः॥विचारनामाभिनरामामनोयोगभूमिकां॥श्रुतिस्मृतिसदाचारधारणाध्यानकर्मणः॥मुख्यया व्या
ख्ययाख्यातान्श्रयतिश्रेष्ठपंडितान्॥परार्थप्रविभागज्ञः॥कार्य्याकार्य्यविनिर्णयं॥जानात्यधिगतश्रोत्रहेय
रूपतिर्यथा॥मदाभिमानमात्सर्य्यरेमाहाद्विरतिं॥वहिरप्यास्थितामिषत्सज्जतेहरिवत्तृचं॥रथंभूत
मतिःशास्त्रगुरुसज्जनसेवया॥सरहस्यमशेषेणयथावदधिगच्छति॥श्रसंसंगाभिधामन्योतृतीयोयो
गभूमिकां॥ततःपतत्यसौकांतःपुष्पराज्यामिवामलां॥यथावच्छास्त्रवाक्यार्थेप्रतिमाधायनिश्चलां॥ता
पसाश्रमविश्रांतैरध्यात्मकथनक्रमैः॥संसारनिर्दहैर्दैराग्यकथनक्रमैः॥शिलाशयासनासीनोज
रयत्सपुराननं॥वनावनिविहारेणचित्तोपशमशोभिना॥श्रसंगसुखसौख्येनकालंनयतिनिर्मलं॥
श्रभ्यासात्साधुशास्त्राणांकरणात्पुण्यकर्मणां॥जंतोर्यथावदेवंवस्तुदृष्टिः प्रसीदति॥तृतीयांभूमिकां॥
प्राप्यबुद्धोनुभवतिस्वयं॥द्विप्रकारमसंसंगंतस्यैरभिमंश्रणं॥द्विविधोयमसंसंगःसमाख्यःश्रेष्ठएवच॥

नाहंकर्त्तास्मिनभोक्तास्मिनचबाध्योनचबाधकः॥रत्यसंजनमर्थेषुसामान्यासंगनामकं॥प्राक्कर्मनिर्मितंसर्वमीश्व
राधीनमेवच॥सुखंवायदिवादुःखंकेवर्त्तममकर्त्तृता॥भोगाभोगामहारोगाःसंपदःपरमापदः॥वियोगाश्चैवसं
योगाव्याधयोव्याधयोधियः॥कालःकवलनोद्युक्तःसर्वभावान्विनाशयन्॥तिष्ठतीतिविचारोयःसमा
न्यासाव---म॥श्रनेनक्रमयोगेनसंयोगेनमहात्मनां॥वियोगेनासतामंतःप्रयोगेनात्मसेविनां॥पौरुषे
णप्रयत्नेनसंतताभ्यासयोगतः॥करामलकवद्दृश्यंत्यागतोस्फुटं तांदृढं॥नाहंकर्त्तेश्वरःकर्त्ताकर्मवाप्रा
क्तनंमम॥रूढादूरतरेनूनमितिशब्दार्थभावनां॥संसारांबुनिधेःपारेसारेपरमकारणे॥यन्मौनमानसं
ध्यानंसश्रेष्ठःसंगउच्यते॥यत्रान्तर्बहिरात्मोनोद्वैतंनाशमुनांवरे॥नपरार्थेनापरार्थेनजडेनचचेतने॥
आसितंभासनंशांतमभासनसभावनं॥श्रनाद्यंतमजंकांतंतच्छेषसंगउच्यते॥संतोषामोदमधुरःस
कायामलपल्लवः॥चिन्तनाजाग्रसंज्ञीनोविघ्नकंटकसंकटः॥विवेकपद्मारूढोन्तर्विवेकार्कविकाशितः
॥फलंफलस्यसंसंगंततीयांभूमिकामिमां॥समवायाद्दृश्यदानांसंचयात्पुण्यकर्मणां॥काकतालीययो
गेनप्रथमोरेतिभूमिका॥भूमिःप्रोक्तिमात्रांतरमृतांकुरिकेवसा॥विवेकेनांबुसेकेनरस्यापाल्या
प्रयत्नतः॥येनांशतोल्लसत्येषाविचारोदयंतयेत्॥तमेवानुदिनंयत्नात्कृषीबलइवांकुरं॥एषाहिप
रिमृशंतरन्यासांप्रसवैकभूःहितीयांभूमिकायत्नात्ततीयांवाप्नुयाननः॥श्रेशसंसंगनाह्येषाततीया
भूमिकात्रहि॥भवतिप्रोक्तिनाशेषसंकल्पकलनःपुमान्॥भूमिकात्रितयंत्वेतद्रामजाग्रद्विरंस्मृतं॥
जाग्रतीवात्रविस्पष्टंनेरबुद्ध्यनुवर्त्तनात्॥उरेनियोगमुक्तानामत्रकेवलमार्य्यता॥यांदृष्ट्वामूढबुद्धीना

मप्युरेनिमुमुक्षुता॥कर्तव्यमाचरन्काममकर्तव्यमनाचरन्॥तिष्ठतिप्रकृताचारोयःसआर्यरतिस्मृ
तः॥यथाचारंयथावित्तंयथाशास्त्रंयथास्थितम्॥व्यवहारंउपारूढोयःसआर्यरतिस्मृतः॥प्रथमायांभू
मिकायिनंभूमौविकाशिनंतनः॥द्वितीयायांतृतीयायांफलस्यार्थस्यमुत्तमम्॥आर्यनामांमृतोयोगीशुद्धसं
कल्पसंभृतान्॥भोगान्भुक्त्वाचिरंकालंयोगवान्जायतेपुनः॥भूमिकात्रितयाभ्यासाद्रूढेसंयमागते॥स
म्यक्ज्ञानोदयेचित्तेपूर्णचंद्रोदयोपमे॥निर्विभागमनाद्यंतेयोगिनोयुक्तचेतसः॥समंसर्वंप्रपश्यंतिचतु
र्थींभूमिकांगताः॥अद्वैतेस्थैर्यमायातेद्वैतेप्रशममागते॥पश्यंतिस्वप्नवत्कंचनतुर्थीभूमिकामिताः
भूमिकात्रितयंजाग्रच्चतुर्थंस्वप्नउच्यते॥चित्तंतुशरदभ्रांशविलापंप्रविलीयते॥सत्तावशेषएवास्ते
पंचमीभूमिकांगतः॥जगद्विकल्पनोदेतिचित्तस्यात्रविलापनात्॥पंचमीभूमिकामेसमुषुप्तपद
नामिकां॥शांताशेषविशेषांशानिरुद्धेंद्रियमात्रके॥गलितेंद्रियनिराभासेमुदितोंतःप्रबुद्धवत्
॥सुषुप्तघनएवास्तेपंचमीभूमिकांगतः॥अंतर्मुखतयानिष्ठन्चहिर्वृत्तिपुरोपिसन्॥परिशांतत
यानिस्पंदिहाद्रुरिवलक्ष्यते॥कुर्वन्नभ्यासमेतस्यांभूमिकायांविवासनः॥षष्ठींतुर्य्याभिधाम
न्यांक्रमात्सतनिभूमिकां॥यत्रनासन्नसद्रूपोनाहंकृतिः॥केवलंक्षीणमननआस्तेद्वैतेस्यनिर्गतः
निर्ग्रंथिःशांतसंदेहोजीवन्मुक्तोविभावनः॥अनिर्वाणोपिनिर्वाणश्चित्तरीपरवस्थितः॥अंतःशू
न्योबहिःशून्यःशून्यःकुंभरवांबरे॥अंतःपूर्णोबहिःपूर्णःपूर्णःकुंभरवार्णवे॥किंचिदेवेषसंपन्नस्त्व
यचैषनकिंचन॥षष्ठ्यांभूम्यामसोस्थित्वासप्तमींभूमिमाप्नुयात्॥विदेहमुक्तिमानूक्तासप्तमीयोग

राम २९

भूमिका॥आगम्यावचसाज्ञानासासीमाभवभूमिषु॥केश्चित्साशिवरयुक्ताकेश्चिद्ब्रह्मेयुराहृताः॥के
श्चिद्विष्णुरितिप्रोक्ताकेश्चिच्छून्यमितिस्मृताअर्थरयुदिताकेश्चित्कश्चित्कालरतीरिता॥केश्चित्रुद्रे
पुंभावविभागरतिभाविता॥अन्यैरन्यथानानाभेदैरात्मविकल्पितैः॥नित्यमव्यपदेश्यापिकथंचिद्व्य
पदिश्यते॥सैषाभूमिकाःप्रोक्तामयानवरघूद्वह॥आसामभ्यासयोगेननदुःखमनुभूयतइति॥इति
श्रीपरमहंसपरिव्राजकाचार्यश्रीरामचंद्रसदानंदसरस्वतीशिष्यशिवानंदविरचितेयोगचिंतामणौ
प्रथमपरिच्छेदः॥अथयोगिनःकृत्याकृत्यनिर्णयः॥सम्यगाराधितसद्गुरुप्रसादितसरहस्यसांगोपां
गयोगोनिरंतराभ्यसनशीलोयथोक्तंफलप्राप्नोत्येवपुमान्॥स्कंदपुराणे॥आचार्य्योयोगसर्वस्य
मवाप्यस्थिरधीःस्वयं॥यथोक्तंलभतेनेनप्राप्नोत्यपिचनिर्वृतिमिति॥सुरेश्वराचार्य्याः॥गुरुप्रसा
दालुभतेयोगमंगसंयुतं॥शिवप्रसादालुभतेयोगसिद्धिंचशाश्वतीमिति॥श्रुतिश्च यस्यदेवे
पराभक्तिर्यथादेवेतथागुरौ॥तस्यैतेकथिताह्यर्थाःप्रकाशंतेमहात्मनः॥आचार्य्यवान्पुरुषोवेदे
तियोगबीजे॥मरुज्जयोयस्यसिद्ध्येत्तंसेवेतगुरुंसदा॥गुरुवक्त्रप्रसादेनकुर्य्यात्प्राणजयंबुधः॥
यातवन्त्यःगुरवःपंचसर्वेषांचतुर्णांश्रुतिचोदिताः॥मातापितातथाचार्य्योमातुलःश्वशुरस्तथा
॥एषांमुख्यास्त्रयःप्रोक्ताआचार्य्यःपितरौतथा॥एषांमुख्यनमस्त्येकआचार्य्यःपरमात्मविन्न
स्मात्सर्वेषुकालेषुसर्वैर्निःश्रेयसार्थिभिः॥गुरवःश्रुतिसंपन्नाःपूज्यावाग्भिःनमादिभिरिति॥राज
योगे॥वेरांतनक्रोक्तिभिरागमैश्चनानाविधैः॥शास्त्रकदंबकैश्चध्यानादिभिःसत्करणैर्नगम्यश्चिना

मणिंत्येकगुरुंविहाय॥दृष्टिःस्थिरायस्यविनैवदृश्यंवायुःस्थिरोयस्यविनाप्रयत्नं॥चित्तंस्थिरंयस्यविना
वलंबंसएवयोगीसगुरुःससेव्यः॥गुरुर्ब्रह्मागुरुर्विष्णुगुरुर्देवोमहेश्वरः॥गुरुरेवासरंनास्तिनस्मात्संपू
जयेत्सदा॥गुरूणादर्शितेनैवलक्षणानन्मयोभवेत्॥मलाविमुक्तंचात्मानंमुच्यतेनात्रसंशयः॥यथा
सिद्धरसस्पर्शात्ताम्रंभवतिकांचनं॥गुरूपदेशश्रवणाच्छिष्यस्तत्तमयस्तथा॥नकेवलंगुरूपदेशमात्रा
देवसिद्धिः॥स्वयैवपरिश्रमादेवसर्वंःसर्वमाप्नोति॥हटप्रदीपिकायां॥श्रुतप्रतिनिःस्वगुरुप्रतीतिःस्वा
त्मप्रतीतिर्मनसोनिरोधः॥एतानिसर्वाणिसमुच्चितानिमतानिधीरैरिहसाधनानि॥वासिष्ठे॥उपदे
शक्रमोरामव्यवस्थामात्रपालनं॥तमेसुकारणंशुद्धशिष्यप्रतैवकेवलं॥विनिवारितसर्वार्थादपहस्ति
नबंधनात्॥नस्वधैर्यादृतेकश्चिरस्युद्धरतिसंकटात्॥वैराग्येणयशास्त्रेणमहत्वादिगुणैरपि॥यत्नेना
पद्विघातार्थंस्वमेवोल्लासयेन्मनः॥ननत्रिभुवनैश्वर्य्यान्नकोशाद्वनधारिणः॥फलमासाद्यतेचित्ताद्य
न्महत्तोपबृंहितात्॥राजयोगे॥तस्मादुपासीतसम्यक्समूलंप्राप्यसद्गुरोः॥अनायासेनसततमासा
ध्यासरतोभवेत्॥निरालस्यसतश्चास्यसंवेद्यंहिनदृश्यते॥दृश्यंनदृश्यतेयुक्तंगुरुणापिनशक्यते
॥वाञ्छनःकार्यसंभोगंप्रयत्नेनविवर्जयेत्॥ब्रह्माहमस्मीत्यात्मानंसुस्थिरंधारयेत्सदा॥हटप्रदी
पिकायां॥वर्जयेदुर्जनप्रीतिंबह्वीस्त्रीपशसेवनं॥प्रातःस्नानोपवासादिकायक्लेशादिकंतथा॥अत्या
हारःप्रयासश्चप्रजल्पोनियमग्रहः॥जनसंगश्चलौल्यंचषड्भिर्योगःप्रणश्यति॥उत्साहात्साहसाद्धैर्य्यात्त
त्तत्वार्थनिश्चयात्॥जनसंगपरित्यागात्षड्भिर्योगःप्रसिध्यति॥लिंगपुराणे॥नस्त्रीणांरसमानारीघृतंपि

उसमःपुमान्॥तस्मान्नारीषुसंसर्गंप्रयत्नेनविवर्जयेदिति॥नारीसंगवर्जनवन्महाविघ्नभूतोधूर्तगोरक्षीचप्र
यत्नेनविवर्जयेत्॥धूर्तस्वरूपंतुयथायोगतत्वप्रकाशेदत्तात्रेयेणोक्तं॥तथाहिमुंडितोदंडधारीवाक
षायवस्त्रोपिवा॥नारायणवचोवाहिजटिलोभस्मलेपनः॥नमःशिवायवाक्योवास्वाचारपरिपूजकः
स्थानद्वारशुद्धोवामात्रबाह्यमनुष्यिनः॥क्रियाहीनोवाकपूरःकथंसिद्धिमवाप्नुयात्॥नवेषधारणंसि
द्धेःकारणंनचतत्कथा॥क्रियैवकारणंसिद्धेःसत्यमेतद्विसांकृते॥शिवोक्तार्थेयोगस्यकथयावेषधारिणः
॥अतज्ञानविहिनास्तुवंचयंत्यखिलान्जनान्॥उच्चावचैःप्रलापैस्तेकुशास्त्रांभिकानरान्॥योगिनोवय
मित्याहुर्मूढाभोगपरायणाः॥तानैःतानैस्तथाविद्वान्योगाभ्यासविवर्जितान्॥कृतार्थान्वचनैरेववर्ज
येद्वेषधारिणः॥यत्नेमीविघ्नभूतायोगाभ्यासस्यसर्वदा॥वर्जयंतिप्रयत्नेनातज्ज्ञान्सुधियोनराः॥
॥इति॥वासिष्ठे॥यस्यस्त्रीनस्यभोगेछानिःस्त्रीकस्यकभोगभूः॥स्त्रियंयस्काजगस्कंजगस्कासुखी
भवेत्॥नविषंविषमित्याहुर्विषयाविषमंविषं॥जन्मांतरघ्नाविषयाएकजन्महरंविषं॥यथाशास्त्रंवि
हरतास्त्रीकार्य्यानसिद्धिषु॥चिरंकालपरिपक्वासिद्धिःपुरुषकारभवेदिति॥मार्कंडेयपुराणे॥अत्रिर्वुः॥
भगवन्योगिनश्चर्य्योश्रोतुमिछामितत्वतः॥ब्रह्मवर्त्मन्यनुसरन्येनयोगीनसीदति॥दत्तात्रेयः॥संगदोषो
द्भवंदुःखममतासक्तचेतसां॥तस्मात्संगंप्रयत्नेनमुमुक्षुःसंत्यजेन्नरः॥संगाभवान्ममेत्यस्याःख्यातेर्हानिः
प्रजायते॥निर्ममत्वंसुखायैववैराग्यादोषदर्शनं॥ज्ञानादेवचवैराग्यंतानंवैराग्यपूर्वकं॥तद्धृदंयत्रवसति
तद्वेज्ञंयेनजीवति॥यन्मुक्तयेनरेणोक्तंतानमत्तानमन्यथा॥उपभोगेनपुण्यानामपुण्यानांचपार्थिव॥

कर्मव्यानांचनित्यानामकामकरणात्तथा॥संचयाद्पूर्वस्यक्षयात्सूर्वार्जितस्यच कर्मणोबंधमाप्नोतिशरीरं
नपुनर्नरः मानापमानौयावेतौजावेबाह्यविषा मतौ॥अपमानोमृतंतत्रमानस्तुविषमंविषं चक्षुःपू
तंन्यसेत्सारं वस्त्रपूतंपिवेज्जलं सत्यपूतांवदेद्वाणींबुद्धिपूतंविचिंतयेत्॥आनीष्यश्राद्धयतेषुदेवय
ज्ञेषुच महाजनेचसिध्यर्थंनगछेद्योगविच्चित् यथैवअवमन्येनेजनाःपरिभवंतिच तथोद्यु
क्तश्चरेद्योगीसर्वधर्मदूषयन् सारभूतमुपासीतत्तेयत्कार्यसाधकं तानानाबहुतायेयंयोगविघ्न
करीहिंसा रंतेयमिरंतेयमितियस्तृषिनश्चेत्॥अपिकल्पसहस्रेषुनैवतेयमवाप्नुयात् वाग्दंडः
कर्मदंडःक्षमनोदंडश्चतेत्रयः यस्यैतेनियतादंडाःसत्रिदंडीमहायतिः सर्वमात्ममयंयस्यसदसज्ज
गदद्वयं गुणगुणमयंतस्यकःप्रियःकोनुपाप्रियः विशुद्धबुद्धिःसमलोष्टकांचनःसमस्तभूतेषुव
सन्समाहितः स्थानंपरंशाश्वतमव्ययंचपरंहित्वानपुनःप्रजायते समाहितोब्रह्मपरोप्रमादी
शुचिस्तथैकांतरुचिर्जितेंद्रियः समाप्नुयाद्योगमिमंमहात्मविमुक्तिमाप्नोतिनथाश्वयोगनः ना
ध्यातःसुधितःश्रोतानचव्याकुलचेतनः युंजानयोगंराजेंद्रयोगीसिध्यर्थमादृतः रजसानमसोवृ
त्तिंसत्वेनरजसस्तथा संघाद्यविमलेनत्वंस्थितोयुंजानयोगवित् एतत्सर्वंसमाख्यानंनवालर्कयथ
वत् प्राप्स्यसेयेननदुस्तरंसंसेपाग्निबोधमे शशांकरश्मिसंयोगाद्यद्वत्कांतोमणिःपयः समुसृजति
नायुक्तःसोपमायोगिनःस्मृता यथार्कंरश्मिसंयोगाद्दर्कांतोऽग्नानं आविःकरोतिनैकःसन्नुपमासापि
योगिनः पिपीलिकाखनकुलगृहगोधाकपोतजाः वंशिसामिवद्वेश्मलेयोनितोऽयतः दुःखंतुसामिनो

ध्येमेनस्येषांनकिंचन॥वेश्मनोयत्रराजेंद्रसोपमायोगसिद्धये॥नदृश्यंयत्रवसतिस्तद्वेज्ञेनजीवति येनसंपद्यतेस्वा
र्थस्तस्यकंममनात्मका॥अत्यर्पितार्पितैःकार्य्यंकरोतिचरणैर्यथा॥नरोबुद्धादिभिर्योगीपारंक्षेपैःसाधयेत्परं मरे
रीकात्मरेहापिमुखाग्रेणात्रणीयसा॥करोतिमद्भारवयवमुपरेशःसयोगिनः॥द्रव्यपूर्णमुपादायपात्रमारोहतो
भुवः तुंगमार्गविलोक्यैर्वितानेनेनयोगिनः॥रत्नशावविषाणाग्रमालस्यतिलकाकृतिं॥सहनेनविचर्द्धनयो
गसिद्धिमरामुयात्॥जीवनायालंमर्त्यैर्निरालंपुरुषस्यया॥चेष्टतोनत्वतोतायोगिनःकनकस्यनि॥स्कंद
पुराणे नानिनःसुधा॥नोननविण्मूत्रप्रबाधिनः॥नाध्यचिंतोनचिंतायोगंयुंजनयोगवित्॥युक्ताहारविहार
श्ययुक्तचेष्टश्चकर्मसु युक्तस्वप्नावबोधश्चयोगोनतंप्रपश्यनि॥भगवद्गीतायां॥नात्यश्नतस्तुयोगोस्तिनचैका
न्तमनश्नतः नचातिस्वप्नशीलस्यजाग्रतोनैवचार्जुन॥युक्ताहारविहारस्ययुक्तचेष्टस्यकर्मसु॥युक्तस्वप्नावबोधस्ययो
गोभवतिदुःखहा॥आत्मोपम्येनसर्वत्रसमंपश्यतियोर्जुन॥सुखंवायदिवादुःखंसयोगीपरमोमतः॥
रजन्याःपश्चिमेयामेपूर्वंचसुसमाहितः॥पूर्वान्हेमध्यमेचाह्नियुक्ताहारोजितेंद्रियः॥योगंयुंजीतनिर्बंध
यात्तवल्क्यः॥प्रातःकालेप्रदोषेचनिशीथेसुसमाहितइति॥लिंगपुराणे॥नाजीर्णीनरसाहारीनविण्मूत्रप्रबाधि
तः नछर्दीनातिसारीचनातिसुक्तःश्रमान्वितः नचातिकर्मनिरतश्चिंताव्याकुलितेंद्रियः॥नयुक्तोगुरुकार्य्येच
नचातिसुप्तिपासितः॥नचरोद्दतबाधायांरौर्मनस्यादिसंभवेरिति॥व्यासपुराणे॥नव्याध्यानैःकदाचनेत्यादिनि
षेधानंतरमुक्तं एतान्दोषान्विनिर्भिद्यप्रमादायोयुनक्तिवै॥तस्यदोषाःप्रकुप्यंतिशरीरेविघ्नकारकाः॥जडत्वं
धिरत्वंचमूकत्वंचापिजायते॥अंधत्वंपंगुतोपश्चन्नरोरोगस्तथैवच॥एतेदोषाःप्रकुप्यंतिनित्यंतानायोयुनक्तिवै

नस्मात्तानेषुदेनयोगंयुंजन्समाहितः॥ अप्रमत्तःसदाचैवनरोषान्प्राप्नुयात्क्वचिदिति॥ मा॥ मारंड॥ मूत्रो
त्सर्गपुरीषेचभोजनेचनराधिप॥ त्रिकालंनाभियुंजीतयोगंयोगीकदाचन॥ अप्रमत्तोयथाधत्तेस्वंदेहंनिस
माहितः॥ युक्तःसम्यक्तथायोगीमोक्षंप्राप्नोत्यसंशयं॥ स्नेहपूर्णेयथापात्रेमनआधायनिश्चलं॥ पुरुषोयत्रतां
स्तापानंयुक्तमानसः॥ युक्तस्तथायमात्मानंयुक्तःपार्थिवसन्नम॥ नदेशसमाधानंयुक्तेनेनतत्त्वित्॥ दुर्गमं
न स्यॉमाप्नोतिहित्वारेहमिमंनृप॥ व्यासः॥ योगदोषान्समुच्छिद्यान्यंचयान्कवयोविदुः कामंक्रोधंचलोभंचभ
यंस्वप्नंचपंचमं क्रोधंशमेनजयतिकामंसंकल्पवर्जनात् सत्वसंसेवनाद्धीरोनिद्रामुच्छेत्तुमर्हति धृत्या
शिश्नोररंरक्षेत्पाणिपारंचचक्षुषा चक्षुःश्रोत्रेचमनसामनोवाचंचकर्मणा अप्रमादाद्यमंजह्यादंभंप्रलो
पमेवनात् एवमेतान्योगदोषान्जयेन्निसमनंद्रितः मनसश्चेंद्रियाणांचकृत्वैकाग्र्यंसमाहितः पूर्वरात्रापा
रांश्चधारयेन्मनआत्मनि कुर्यात्सरिचयंयोगंत्रैकाल्यंनियतोमुनिः सन्नियम्येंद्रियग्रामंकोशपोउमनाइ
व एकाग्रंचिंतयन्निसंयोगान्नोद्वेजयेन्मनः येनोपायेनशक्येतमनसंयंतुंचलंमनः तंचयुक्तोनिषेवेतन
चेवविचलेन्मनः नाग्निषज्येत्सरेवाचाकर्मणामनसापिवा उपेक्षकोयनाहोरात्रध्वात्रध्वेसमोभवेत् यश्चैन
मग्निनेरेनयश्चैनमपवारयेत् एवंस्वस्थात्मनःसाधोःसर्वत्रसमदर्शिनः षण्मासान्निसयुक्तस्यशक्रस्सा
न्निध्यंनेएतस्मिन्निरतोमार्गेविरमेन्नचमोहितः॥ देशकालाभावेयोगानसिध्यत्येवनतस्तावेशोनिरू
प्येत [illegible] ॥स्थानंतत्रैवकुर्वीतयोगंगात्रंतुवैकमान् आदेशकालेयोगस्यदर्शनेनचविद्यतइति
[illegible] सत्वस्यानुपपन्नोचेदेशकालविवर्जिते नसतोदर्शनंयोगेनस्मात्तत्परिवर्जयेत् नानिशांते

४ + समस्तयोश्चाप्यशुभयोर्नाभिध्यायेच्छुभाशुभं॥ नस्मरेद्धेतत्तामेषुनात्तामेषुचचिंतयेत्

नवोत्पातैर्दूषेन्नाम्नानिर्लक्ष्मके कालेषेतेषुपुंजीतनयोगीध्यानतत्परः सशब्देग्निजलाभासेज्ञीर्णगोष्ठेचतुष्पथे शुष्कपत्रचये
नद्यांश्मशानेससरीसृपे सभयेकूपतीरेवाचैवल्मीकसंचये देशेष्वेतेषुतत्वज्ञोयोगाभ्यासंविवर्जयेत् स्कंदपुराणे नतो
यवरिसाभीष्णेनज्ञीर्णारण्यगोष्ठयोः नदंशमशकाकीर्णेनचैत्येनचचत्वरे केशभस्मतुषांगारकीकसादिसमन्वि
तस्थानिनिषेधादृष्टव्याः ब्रह्मपुराणे नदंशमशकाकीर्णेयोगंपुंजीतकर्हिचिदित्यनिषेधानंतरमुक्तं दोषानेतान
नादृत्यमूढत्वाद्योयुनक्तिवै प्रवक्ष्येतस्यतेरोगाजायंतेविघ्नकारकाः बाधिर्यंजडतालोपः स्मृतेर्मूकत्वमंधता
कासश्चजायतेसद्यस्तद्दूरज्ञानयोनिनः तस्मात्सर्वात्मनाकार्यारक्षायोगविदासदा धर्मार्थकाममोक्षाणांश
रीरंसाधनंयतइति दत्तात्रेयस्तुएतद्देशकालनिषेधानंतरंप्रमादेचोक्तानवजडत्वादिदोषानभिधायतच्चिकि
त्सामाह प्रमादाद्योगिनांरोगायदोतस्मृश्चिकित्सितं तेषांनाशायकर्तव्योयोगिनातन्निबोधमे स्निग्धंयवागू
मत्युल्बणाभुक्तातत्रैवधारयेत् वातगुल्मप्रशांत्यर्थमुष्णावर्तेतधारयेत् यवांगूचापिपवनंवायुर्यस्यांप्रतिक्षिपेत्
तद्वत्कंपेमहाशैलस्थिरंमनसिधारयेत् विघातेवचसोवाचिधार्यंश्रवणेंद्रिये तथैवाक्षकलंधार्यंतस्मात्तो
रसनेंद्रिये यस्मिन्यस्मिन्गुणोदेहेतस्मिंस्तुपकारिणी धारयेद्धारणामुख्यैश्शीतांशीतेविदारिणी कालेत्रिरात्रिसं
स्थाप्यकाष्ठंकाष्ठेनताडयेत् लुप्तस्मृतेःस्मृतिःसद्योयोगिनस्तेनजायते द्यावाक्षितौनाध्वन्यपिनावभिधा
रयेत् ॥प्रमादाद्याःसत्वजातबाधास्त्वेताश्चिकित्सिताः ॥प्रमादाद्यंसत्वमंतर्योगिनंप्रविशेद्यदि वाधन्निधारणाचेत
देहसंस्थंविनिर्दहेत् एवंसर्वात्मनाकार्यारक्षायोगविदाग्रप धर्मार्थकाममोक्षाणांशरीरंसाधकंयतइति ॥अ
थविहितानिकथ्यंते तत्रकालःपूर्वमुक्तोवश्यतेच ॥आदिपुराणे एकांतगिरिदुर्गेषुतीर्थायतनगह्वरे योगस्यभि

मनंकार्यमितितत्वविदोविदुरिति याज्ञवल्क्यः तपोवनंसुसंप्राप्यफलमूलोदकान्वितं तत्र रम्येशुचौदेशेब्रह्मघोषसम
न्विते स्वधर्मनिरतैःशांतैर्द्विजैःसमाहृते वारिभिश्चसुसंपन्नेपुष्पैर्नानाविधैर्युते फलमूलैःसुसंपन्नेसर्वकामफ
लप्रदे देवालयेवानद्यांवाग्रामेवानगरेपिवा सुशोभनंमठंकृत्वासर्वकामसमन्वितं तस्मिन्योगंसमभ्यसेदित्युत्तरे
णसंबंधः योगतत्वप्रकाशे। सुशोभनंमठंकुर्यात्सूक्ष्मद्वारंतुनिःप्रभं सुलिप्तंगोमयेनैवसुधयावाप्रयत्नतः मक्षि
कामशकैर्दंशैरैतैश्चवर्जितंसदा दिनेदिनेचसंमृष्टंसमार्जनेनाप्रयत्नतः वासितंचसुगंधेनधूपितंगुग्गुलादिभिरिति
हठप्रदीपिकायां सुराज्येधार्मिकेदेशेसुभिक्षेनिरुपद्रवे एकांतेमठिकामध्येस्थातव्यंहठयोगिना अल्पद्वारमरंध्रग
र्तघटितंनातिनीचायतिसम्पगोमयेसार्द्रलिप्तविमलंनिःशेषजंतूज्झितं बाह्येमंडपकूपवेदिरुचितंप्राकारसंवेष्टि
तंप्रोक्तंयोगमठस्यलक्षणमिदंसिद्धैर्हठाभ्यासिभिः एवंविधेमठेस्थित्वासर्वचिंताविवर्जितः गुरूपदिष्टमार्गेणयोगमे
वसदाभ्यसेदिति स्कंदपुराणे सर्वबाधाविरहितेसर्वेंद्रियसुखावहे मनःप्रसादजननेसत्स्वप्नामोदमोदितइति नं
दिपुराणे मंदिरंरम्यविन्यासंमनोज्ञंगंधवासितं धूपामोदाभिसुरभिकुसुमोत्करमंडितं मुनितीर्थनरीदृक्षपश्चेनी
रोलन्नोभितं चित्रकर्मनिबद्धंचविचित्रभेदविचित्रितं कुर्याद्योगगृहंधीमान्सुरम्यंशुभवर्त्मना तथा दृष्ट्वाचित्रगतां
छांतांमुनीन्मतिमनःशमं सिद्धान्दृष्ट्वाचित्रगतान्मतिरशुद्धमेभवेत् मध्येयोगगृहस्याथलिखेत्संसारमंडलं रम
णानंचमहाघोरंनरकांश्चलिखेत्क्वचित् तान्दृष्ट्वाभीषणाकारान्संसारसारवर्जितं अनवसादोभवति योगी
सिध्यभिलाषुकः पश्चंश्चव्याधितान्जंतूंस्तांश्चलक्षयन् एवंविधश्चशुद्धात्मास्थितोयोगगृहेशुभे योगांगान्य
भ्यसेदिसंबंधः लिंगपुराणादिष्वप्येतदेवयोगमवलक्षणमुक्तं आहारनियमस्तनाडीशुद्धिद्वारायोगेऽपेक्षानुकू

स्त्वादाहारशुद्धौसत्यशुद्धिरितिश्रुतेश्चनाडीशुद्धेः प्रागाहारोनिरूप्यते तत्रवर्ज्यानि दत्तात्रेयः अथवर्ज्यानिवक्ष्यामि
योगविघ्नकराणिच लवणंसर्षपंचाम्लमुष्णंरूक्षंचतीक्ष्णकं अतीवभोजनंत्याज्यमतिनिद्रातिभाषणमिति स्कंद
पुराणे त्यजेत्कट्वम्लवर्णक्षारभोजीसदाभवेदिति हठप्रदीपिकायां कटूष्णतीक्ष्णलवणोष्णहरितशाकसौवीरतेल
तिलसर्षपमत्स्यमद्यं अजादिमांसदधितक्रकुलत्थकोलपिण्याकहिंगुल सुनाद्यमपथ्यमाहुः भोजनमहितंवि
द्यात्पुनरुच्चीकृतंतथा अतिलवणसपलंवाप्रसिद्धाकोल्वटंवर्ज्य अथादेयानिच गोधूमशालियवषष्टिकशोभ
नान्क्षीराज्यमंडनवनीतसितामधूनि शुंठीपटोलकफलादिकपंचशाकंमुद्गादिचाल्पमुष्कंचमुनीन्द्रपथ्यं पि
ष्टंसुमधुरस्निग्धंगव्यधातुप्रयोषणं मनोभिलषितंयोग्ययोगीभोजनमाचरेत् दत्तात्रेयः अादेयानिवक्ष्यामि
क्षिप्रंयोगप्रसिद्धये क्षीरंघृतंचमधुरंशाकंमितंहिताहारश्चास्यतइति केचित्कूष्मिछंतितांबूलंशोभनंतथा पूर्णेनरहितंशास्त्रं
भवनाभ्यासयोगिनां योगसंग्रहे भानुनाडीगतेप्राणेयोगीभोजनमाचरेत् सोमनाडीगतेप्राणेभोजनंनैवशस्यतइ
ति प्रथमाभ्यासेक्षीरमेवशस्तमित्याहात्मारामः अभ्यासेप्रथमेकाले प्रशस्तंक्षीरभोजनं ततोभ्यासेदृढीभूतेननात्य
म्नियमग्रहइति अत्रतांबूलभक्षणंनिषेधंतांबूलभक्षकरहस्यविषयंज्ञेयमन्येषांभिक्षुकादीनांनिषेधस्योक्तत्वा
त् नायमस्तिनियमःक्षीरमेवभोक्तव्यमिति किंतुदेशकालानुसारेणयद्यत्प्राप्यतेयच्चस्वरुचिदृष्टंकस्यशरीरे
सहतेतदेवभुक्त्वायोगोभ्यसनीयइतिभेदः यच्चोक्तंभानुनाडीवाहिन्येवप्राणेयोगिनाभोजनंकार्यमिति तनुयदाक
स्मागमनसामर्थ्ययोगिनःस्यात्तदाज्ञेयंतदानींखलुयोगाभ्यासिनउक्तसर्वानियमानुष्ठानस्यानावश्यकत्वस्यवक्ष्य
माणत्वात् प्रथमाभ्यासेतुयदाक्षुधातदैवभोक्तव्यमेवाम्यथायोगाग्निनिरोधेधातुवैषम्येनानानारोगभस्मक

LIBRARY OF THE BOMBAY BRANCH OF THE ROYAL ASIATIC SOCIETY

दिसंभवेनयोगप्रतिबंधेनतत्त्वज्ञानानुत्पत्तेमोक्षासिद्धेः ननुसायंप्रातर्मनुष्याणामशनंदेवनिर्मितं अंतरानाशनंकुर्य्या
दग्निहोत्रसमोविधिः यतीचब्रह्मचारीचविधवाचरजस्वला पुत्रभोजनंतांघूलंभुक्त्वाचांद्रायणंचरेदित्यादिधर्मशास्त्रे
चतुर्णामपिवर्णाश्रमाणामेकद्विकालभोजनस्यविहितत्वात्कथमनियतंभोजनंनियम्यतेनचयोगीनामाश्रमांतरम
स्तिपूर्वोक्तानामेवचतुर्णांवर्णाश्रमाणांयोगाभ्यासेधिकारस्मरणात्पुराणादिवाक्येषुदर्शितत्वादिचेत् न त
च्छास्त्रस्यायोगिविषयत्वात् कुतोवगम्यतितिचेत् अतितत्रस्यातिक्षुधार्तस्ययोगाभ्यासनिषेधात्सदाभ्यासविधा
दवगछामायदाक्षुधातदातदाभोक्तव्यमेवेति नचैककालभोजनस्यज्ञानांगभूतस्यानुरोधेनसर्वापेक्षयाप्रधानि
भूतज्ञानस्यलोपोयुक्तइति मुख्यामुख्ययोःसंपातेमुख्यंबलवदितिन्यायात् अतएवश्रुत्यंतरेयोगाभ्यासिनांभोज
नानियमःश्रूयते तथाहि एककालंद्विकालंवाचरेत्परमहंसकः येनकेनप्रकारेणज्ञानाभ्यासपरोयतिरिति अत्र
यतिपरंआश्रमान्तरस्यापिउपलक्षणं अथावश्यंज्ञातव्यंशरीरयोगिनायत्तन्निरूप्यते नचतज्ज्ञानंविनायोगसिद्धि
रस्ति तथाचगोरक्षः षट्चक्रंषोडशाधारं त्रिलक्ष्यंव्योमपंचकं स्वदेहेयेनजानंतिकथंसिध्यंतियोगिनः एकस्तंभंनवद्वा
रंगृहंपंचाधिदैवतं स्वदेहेयेनजानंतिकथंसिध्यंतियोगिनइति षट्चक्रंषोडशाधारावलक्ष्यंते त्रिलक्ष्यंवाह्यभ्यंतरंच भू
प्राणादिकंभ्रूलाधारादिकंच व्योमपंचकंतुहृत्कंठतालुभ्रुन्नसरंध्रांते एकस्तंभंसुस्तंभेनेवगृहंमनसेदंशरीरंप्रियतेते
नस्तंभरूपंमनएवमूलाधारस्वाधिष्ठानमणिपूरानाहतविशुद्धांतेमुषथाऊमंत्रस्तविस्मृद्रेम्परसदाशिवादेवताः याज्ञवल्क्य
गीतायां गार्ग्यंप्रतिच भगवन्ब्रूहिमेस्वामिन्नाडीशुद्धिंविधानतः केनोपायेनशुद्धास्युर्नाड्यःसर्वदेहिनां उत्पत्तिंचापिना
डीनांधारणांचयथाविधि कंदश्रकीद्वाःप्रोक्तः कतिनिष्टंतिवायवः स्थानानिचेववायूनांकर्माणिचपृथक्पृथक्

विज्ञातव्यानिथाभस्मिन्देहेदेहभृतांवर वक्तुमर्हसितत्सर्वंत्वतोवेत्तानविद्यते इत्युक्तोभार्ग्य यातत्रसम्यक्प्रहृतमानसः गार्गीतांच
समालोक्यतत्सर्वंसमभाषत शरीरंतावदेवेदंषण्णवत्यंगुलात्मकं विद्धितत्सर्वंजं तूनांस्वांगुलीभिरितिप्रिये शरीरादधिकः
प्राणोद्वादशांगुलमानतः चतुर्दशांगुलंकेचिद्वदंतिमुनिसत्तमाः द्वादशांगुलमेवेतिवदंतिज्ञानिनोनराः प्राणापानः
समानश्चउदानोव्यानएवच नागःकूर्मश्चकृकरोदेवदत्तोधनंजयः एतेनाडीषुसर्वासुचरंतिदशवायवः एतेषुवा
यवःपंचमुख्याःप्राणादयःस्मृताः तेषुमुख्यतमावेतौप्राणापानौनरोत्तमे प्राणएवैतयोर्मुख्यःसर्वप्राणभृतांसदे
ति नकुलीशयोगपरायणे कोष्ठ्योवायुःप्राणनादिकर्मभेदाद्यथाऽयं प्राणापानसमानादिनामांतरमुपागतइ
ति अमृतसिद्धौ असंख्यावायवोदेहेसंतियद्यप्युदाहृताः तथापिश्रेष्ठकर्तारौप्राणापानौहृदाबुभौ नाडीशुद्धिरू
पिष्टाहृश्यते याज्ञवल्क्यः आस्यनासिकयोर्मध्यहृन्मध्येनाभिमध्ये प्राणालयमितिप्राहुः पादांगुष्टेचकेचन अ
धश्चोर्द्ध्वकुंडलाः परितःप्राणसंज्ञकः निष्टस्यैतेषुचतुर्षुप्रकाशयतिदीपवत् अपानलिंगंकेचिदूरुमेढ्रोरुजानु
षु उदरेक्षणेकटयांजंघेनाभौवदंतिहि व्यानःश्रोत्रास्थिमध्येचहृक्कद्यांगुल्फयोरपि प्राणेगलेस्थितश्चोर्द्ध्वगोति
ष्ठत्यन्नसंग्रहः उदानःसर्वसंधिस्थःपादयोर्हस्तयोरपि समानःसर्वगात्रेषुसर्वव्यापीव्यवस्थितः भुक्तंसर्वरसंगात्रेव्याप
यन्वह्निनासह द्विसप्ततिसहस्रेषुनाडीमार्गेषुसंचरेत् समानवायुरेवैकःसाग्निर्योयंव्यवस्थितः अग्निभिःसहसर्वत्रसंगो
पांगेकलेवरे नागादिवायवःपंचत्वगस्थ्यादिषुसंस्थिताः तुंदस्थंजलमन्नंचरसादिचसमीरितं तुंदमध्यगतःप्राण
स्तानिकुर्य्यात्पृथक्पृथक् उपर्यग्नेर्जलंस्थाप्यतन्नाभौनिजलोपरि स्वयंत्वपानंसंप्राप्यतेनैवसमीरितः प्रवा
तिज्वलनंतत्रप्राणोमध्यगतःपुनः वायुनाचालितोवह्निरपानेनसंयोगेनः संयोगेनः तदाज्वलतिविग्रंथिसकलेदेहमध्यमे

ज्वालाभिर्ज्वलनस्तत्र प्राणेनप्रेरितस्ततः जलमत्युष्णमकारोत्कोष्णमथगतंतदा अन्नंव्यंजनसंयुक्तं जलोपरिसमर्पितं ततः
सुपक्वमकरोद्वह्निः संतप्तवारिणा स्वेदमत्रेजलंस्यातांरूपंवीर्य्यंरसोभवेत् पुरीषमन्नंस्याद्घ्राणिप्राणः कुर्यात्पृथक्पृथ
क् समानवायुनासार्द्धं संसर्वासुनाडिषु आपयंश्छ्वासरूपेणदेहेचरतिमारुतः ओमरंश्वसनवर्त्मभिर्विष्मूत्रादिविसर्जनं
कुर्वंतिनायुवः सर्वेशरीरेषुनिरंतरं निश्वासोच्छ्वासकोसाश्रप्राणकर्मेतिकीर्त्तितं ॥प्रयानवायोः कर्मेतद्धिण्मूत्रादिवि
र्जनं हानेपादानेचेष्टादिप्रानकर्मापिचेष्यते उदानकर्मेतत्प्रोक्तंदेहस्योन्नयनादिषत् व्यानकर्मसमानस्यशरी
रेकर्मकीर्त्तितंउद्गारादिगुणोयस्तुनागकर्मेतिचोदितं निमीलनादिकूर्म्मस्यभुवंचत्रकरस्यच देवदत्तस्यविप्रेन्द्रजृं
भणंकर्मकीर्त्तितं धनंजयस्यशोभादिसर्वकर्मप्रकीर्त्तितं तथापंचानामपिप्राणादीनांस्थानवर्णबीजानिनकुलो
क्तयोगपरायणे प्राणोप्राणाग्रहृन्नाभिपादांगुष्ठांतसंस्थितिः नीलःसौंकाररेफादिबीजेनविनियोजितः हृत्पो
पानःहृकटिस्थःपृष्ठपृष्ठांतपार्श्विगः सतारकनकाभांतबीजेनविनियोजितः शक्रचापनिभो व्यानस्त्वगिंद्रि
यनिकेतनः तारकोपेतयांतांतबीजेनोविराजितः मूर्द्धास्योमध्यतालूर्ध्वकंठहृत्सन्तलाश्रयः उदानोगुरुणछायता
रकाक्रांतयांकं श्वेतः समानोहृन्नाभिसर्वसंधिनिकेतनः प्राणवाक्रांतलांतेनबीजेनात्यंतमुज्वलः रेफस्तार्द्धिकारः
सचासावोंकारःप्रणवसहितोयकारः प्राणस्यबीजमित्यर्थः सतारकोसप्रणवःसचासौनकारस्तांतःपकारःस्तेनबीजेनरंजितो
ऽपानः यांतांतोलकारः सौंकारोलकारोव्यानस्यबीजमित्यर्थः अंसरुणोत्पंतलोहितस्तालवग्रंघंटिकाकोटिपत्तलंचरणतलंयां
तोरेफः सौंकारोरेफउदानस्यबीजमित्यर्थः प्रणवेनाक्रांतश्वासोलांतोवकारश्चसौंकारोवकारः समानस्यबीजमित्यर्थः
॥अत्रसर्वत्रवायूनामरूपाणामपिनीलादिवर्णविशेषोध्यानार्थमभिहितइतिद्रष्टव्यं याज्ञवल्क्यः देहमध्येशिखिस्थानंतत्र

जांबूनदप्रभं त्रिकोणंतुमनुष्याणांचतुरस्रंचतुःपरांमंडलंतुपतंगानांसत्यमेतद्ब्रवीमिते तन्मध्येतुशिखानन्वीस्तदातिष्ठतिपावकी
देहमध्यंचकुंडलेतिश्रोतुमिच्छसिचेच्छृणु गुदानुद्वांगुलाद्ढूर्द्धमधोमेढ्रानुद्वांगुलात् देहमध्यंतयोर्मध्यंमनुष्याणामितीरितं चतु
रंगुलंतुहृन्मध्येतिरश्चांतुदेहमध्यमे द्विजानांतुवराहेतुदेहमध्यमितिरितं कंठस्थानंमनुष्याणांदेहमध्यान्नवांगुलं चतुरंगु
लविस्तारमायामंचतथाविधंअंडाकृतिवदाकारंभवेत्तत्वगादिभिः चतुःपरांतिरश्चांचद्विजानांतुदेहमध्यते तन्मध्ये
नाभिरित्युक्तंनाभौचक्रसमुद्भवः द्वात्रिंशानुतनुश्चेतनदेहःप्रतिष्ठितः चक्रेऽस्मिन्भ्रमतेजीवः पुण्यपापप्रचोदितः तंतुपं
जरमध्यस्थोयथाभ्रमतिलूतकः जीवस्तमूलचक्रेस्मिन्नधःप्राणःचरत्यसौ प्राणारूढोभवेज्जीवः सर्वदेहेषुसर्वदा त
स्मेंद्रकुंडलीस्थानंनाभेस्तिर्य्यगधोगतं अष्टप्रकृतिरूपासाअष्टधाकुंडलीकृता यथावद्वायुसंचारंजलान्नादीनिनि
त्यशः पतितः कंठपार्श्वेषुनिरुध्यैवसदास्थिता मुखेनैवसमावेष्टपत्रसंरंध्रमुखंतथा योगकालेत्वपानेनप्रबोधंयातिवन्हि
नास्फुरंतीहृदयाकाशेनागरूपामहोज्वला वायुर्वायुसखेनैवततोयातिसुषुम्ण या कंठमध्येस्थितानाडीसुषुम्णेतिप्र
कीर्त्तिता निष्कंटपरितःसर्वाश्चक्रेऽस्मिन्नाडिसंज्ञकाः नाडीनामपिसर्वासांमुख्यागार्गि चतुर्दश इडाचपिंगलाचै
वसुषुम्णाचसरस्वती वारुणीचैवपूषाचहस्तिजिह्वापयस्विनी विश्वोदरीकुहूश्चैवशंखिनीचयशस्विनी अलंबुषाचगां
धारीमुख्यास्त्वेतां तुर्दश नासांमुख्यतमास्तिस्रस्तिस्रश्चैकेनमामना मुक्तिमार्गेतिसाप्रोक्तासुषुम्णाविश्वधारिणी कंठ
स्थमध्यमेगार्गिसुषुम्णासुप्रतिष्ठिता दृष्टमध्यस्थितेनास्यसरंध्रेस्थितासदा मुक्तिमार्गेतिसाप्रोक्ताब्रह्मरंध्रेतिकी
र्तिता अव्यक्तासेवविज्ञेयासूक्ष्माचवेदवीस्मृता हृत्प्रदीपिकायां सुषुम्णाश्रुत्यपदवीब्रह्मरंध्रंमहापथंमज्ञानीनांभ
वेन्मध्यमार्गश्चेत्येकवाचकमिति अत्रसुषुम्णायामुक्तिमार्गत्वंतयोर्ऐक्यापन्नमतत्प्रमेतीतिवक्ष्यमाणयाछांदोग्यश्रुत्यासु

क्तिसाधनद्वारधारणास्तएवकाशीवरीयमविमुक्तमितिसमाख्यायतेतथाचोक्तमविमुक्तंत्रैविध्यंकाशीमीमांसायांनिरूपयाति
कधिदैविकाधिभौतिकानीतिसूत्रे आध्यात्मिकाविमुक्तमियंनाडीतिस्कंदपुराणेपिदर्शितं सहोवाचजाबालिंतारुणेस
रिदामता वरुणापिंगलानाडीतरंत त्वविमुक्तमिति तथासासुषुम्णापरानाडीत्वियंवाराणसीत्वसावितिकूर्मपुराणे
प्यस्याएवतत्तत्प्रदेशविशेषावच्छेदेनमुक्तिप्रदत्वात्ततप्रदेशानामविमुक्तत्वसमाख्यानं भ्रूमध्येनासिमध्येचहृदयेपिचमूर्द्धनि
यथाविमुक्तमारित्येवाराणस्यांव्यवस्थितं वरणायास्तथाचास्या मध्येवाराणसीपुरीतिच अत्रचाविमुक्तत्रादः त्रादचारः
तथाचायमत्रान्वयः यथाविमुक्तत्रादाधिदैविकेधावाद्यविद्योः संधिरूपेआदित्येव्यवस्थितः यथाचाधिभौतिकेवरणा
सीमध्यवर्त्तिनिवाराणसीसंज्ञकेपुरेव्यवस्थितः तथाचाध्यात्मिकेभ्रूमध्येहृदयेमूर्द्धचचक्रविशेषावच्छिन्नसुषुम्णाप्रदेशेव्य
वस्थितइति मंत्रिवल्क्यः इडाचपिंगलाचैवतस्याः सव्येचरक्षिणे इडानस्याः स्थितासव्येपिंगलादक्षिणास्मृता इडायांपिंग
लायांचरतश्चंद्रभास्करौ इडायांचंद्रमाज्ञेयः पिंगलायांरविःस्मृतः चंद्रनामसइत्युक्तःसूर्य्योराजसउच्यते विषभागोर
वेर्भागः सोमभागोऽमृतंस्मृतं तावेवधत्तःसकलंकालंरात्रिंदिवात्मकं भोःक्षीसुषुम्णाकालस्यगुह्यमेतदुदाहृतं अमृतसि
द्धौ मेरुमंगेस्थितश्चंद्रोद्विरष्टकलयान्वितः अहर्निशंतुप्यारात्मासुधावर्षत्यधोमुखः ततोऽमृतंहिधाभूतंविज्ञातव्यंवि
वेकिभिः इडामार्गेणपुरुषार्थं वियन्मंडलकिनीजलं पुरुषातिसकलंरेहंसरूपनाडीयथागतं एवंचंद्रस्वरूपोद्विवामभा
गे व्यवस्थितः अपरःकुंदेंदुहारमोहर्षाकर्षितमंडलः मध्यमार्गेणसूर्य्यर्थंयातिचंद्रमाः मध्यमामूलसंस्थानेतिष्ठतेसूर्य
मंडलं कलाद्वादशसंपूर्णोदीप्यमानश्चरश्मिभिः ऊर्द्धंवहतिरक्षेणतप्तमूर्त्तिःप्रजापतिः एषसूर्य्यःपरोमूर्तिर्नराणांद
क्षिणेपथि वहतिलम्बयोगेनसृष्टिसंहारकारकः दक्षेतरगतिंत्यक्त्वादक्षमेरुसमोरविः विषुवंतद्विजानीयात्पुण्यकालंक

लेवरेज्ञात्वाचविषुवंदेहेसाभ्यासावर्त्मशालिनः उक्रांतिकालयोगेनसुखंकुर्वंतियोगिनः ऋतुःसंधास्त्रियोरात्रिःकलाकाष्ठा
क्षणादयः आदानंचविसर्गश्चसर्वंसूर्य्यतोभवेत् सूर्यंविनाभिसंकल्पोभवतियोगतः वाक्षेसृष्टिस्तदाज्ञेयायोगोभ्यंतरतोभवे
त् ग्रहणंतद्विजानीयावाह्याभ्यंतरतोध्रुवं वक्षेपुण्यतमःकालोमुक्तिश्चाभ्यंतरेभवेत् चंद्रर्विवयदासूर्य्योगृह्णातिचंद्रमंडले
अन्योन्यंजायतेयोगस्तस्माद्योगोलिभ्यते सूर्य्येवह्निर्यदादेवाद्वहतिदेहिनां अधश्चंद्रामृतंयातितदामृत्युर्नृणांभवेत्
सर्वाण्येवहितत्वानिप्रजंत्यूर्द्धकलेवरे एतोमुक्तिंप्रदोह्यातोसूर्य्याचंद्रमसोसदेति याज्ञवल्क्यः सरस्वतीकुहूश्चैवसुषुम्णा
पार्श्वयोःस्थितेगांधारीहस्तिजिह्वाचइडायाःपृष्टपूर्व्वयोः पूषायशस्विनीचैवपिंगलापृष्टपूर्व्वयोः कुहोश्चहस्तिजिह्वाया
मध्येविश्वोदरीस्थिता यशस्विन्याः कुहोर्मध्येवारुणीचप्रतिष्ठिता पूषायाश्चसरस्वत्याःस्थितामध्ययशस्विनी गंधार्याश्च
सरस्वत्याःस्थितामध्येचयशस्विनी अलंबुषाचविप्रेंद्रेकंदमध्यादधःस्थिता पूर्व्वभागेसुषुम्णायास्त्वामेदांतंकुहूःस्थिता
अधश्चोर्द्धंचविज्ञेयावारुणीसर्वगामिनी यशस्विनीचयाम्यस्यपादांगुष्ठांतमिष्यते पिंगलाचोर्द्धगायाम्यनासांतंविधि
मेप्रिये यामेपूषातुनेत्रांतंपिंगलायास्तुपृष्ठतः यशस्विनीतथागार्ग्यायामेकर्णांतमिष्यते सरस्वतीतथाचोर्द्धमाजि
ह्वायाःप्रतिष्ठिता आसव्यकर्णाद्विप्रेंद्रेगांधारीचोर्द्धगामिनी गांधारीसव्यनेत्रांतमिडायाःपृष्ठतःस्थिता इडाचमध्यना
संतंसव्यभागेव्यवस्थिता हस्तिजिह्वातथासव्येपादांगुष्ठांतमिष्यते विश्वोदरीतुयानाडीसव्येसव्यगतास्मृता अलंबुषा
महाभागेपायुमूलादधोगता एतास्वाम्याःसमुत्पन्नानाडयोन्याश्चतःसपि यथाश्वत्थदलेतद्वद्वज्रपत्रेषुवारिराः
नाडीष्वेतासुसर्वासुविज्ञातव्यातपोधनइति सांख्ययोगे चक्रमध्येस्थितानाडयस्तिस्तिस्रोन्नरेवताः इडाचवेत्रवी
नाडीपिंगलाब्रह्मदेवता ऐश्वरीसासुषुम्णास्यान्मेरुमध्येव्यवस्थितानाडीमध्यगतग्रंथित्रययुक्तात्रिवेणिका उत्तरेवह

तेगंगायमुनादक्षिणेस्थितासरस्वतीपश्चिमायामासंसंगः सदंतरइति अमृतसिद्धेोगंगायमुनयोर्मध्येवहत्येकासरस्वती आसां
तुसंगमेस्नात्वाथस्यायांतिपरांगतिमिति मानसोल्लासे गंधारीहस्तिजिह्वाचनयनांतंप्रधावतः नाडीचक्रेणसंस्पृतेनासिकां
तमुभेगते नाभिमंडलमाश्रित्यकुक्कुटांडमिवस्थिते पूषाचालंपुषानाडीकर्णाद्दयमुपाश्रिते नाडीशुक्लाद्दमानस्माद्भ्रूमध्य
मनुसर्पति सारस्वत्याद्द्यानाडीजिह्वांतावाक्प्रसारिणीः नाडीविश्वोदरीनामभुंक्तेन्नंसाचतुर्विधं पीत्वापयस्विनी
तोयंकंठस्याकुरुतेक्षुतं नाडीचक्रात्समुद्भूतानाअस्तिस्तस्त्वधोमुखाः राकाशुक्लसिनीवाल्यौमूत्रमुंचेत्कुहूर्मलं भुक्ता
न्नरसमादायशंखिनीधमनीपुनः कपालकुहरंगत्वामूर्द्धसंचितेमुधांशातंचैकाचनाडीः सुप्तासामेकाशिरोगता तयोर्ध्व
मायन्मुक्तः स्वादितिवेदांतशासनं अत्रसुषुम्णामूलाधारएवविज्ञेयं तथाचसुरेश्वराचार्याः देहमध्यसंस्थानंमू
लाधारइतीर्यते गुदान्तुद्व्यंगुलाद्द्वेभेदात्तुत्र्यंगुलादधः त्रिकोणाधोमुखाग्रश्चकन्दकायोनिसंनिभः यत्रकुंडलिनीना
मपराशक्तिःप्रतिष्ठिता प्राणाग्निविंदनादानांसावित्रीसासरस्वती मूलाधाराग्रकोणस्थासुषुम्णान्नसरंभ्रगा मूलेई
छिन्नवंशाभावडाधारसमन्विता तत्पार्श्वकोणयोर्ज्ञातेद्वेइडापिंगलेस्थिते नाडीचक्रमितिप्राहुतस्मान्नाडयोवि
निर्गताः षट्चक्रभेदनेनदेवीस्तुवद्भिःश्रीशंकराचार्यैसुषुम्णासुरंमूलाधारएवोक्तं तथाहि महीमूलाधारेक
मपिमणिपूरेहुतवहंस्थितंस्वाधिष्टानेहरिमरुतमाकाशमुपरि मनोपिभ्रूमध्येसकलमपिभित्वाकुलपथंसहस्र
रेपद्मेसहसिपतमविहरसइति सर्वमंत्रशास्त्रेष्वपितत्रैवतत्सुखमुक्तं याज्ञवल्क्यवसिष्ठादिमुनीनांगोरक्षादियोगिनां
चमतेनाभिस्थकंदमध्येसुषुम्णामुखंकुंडलिनीच ब्रह्मविष्णुग्रंथित्रयंचितयोर्मूलाधारस्वाधिष्टानचक्रयोर्भेदानु
पपत्तेर्मतमिदंचिंत्यं योगभास्करे दशनाडीदशास्त्रीनिवक्त्रयोर्दशवायवः एतेषामविरोधेनयोगाभ्यासपरोभ

वेत् तत्रनाभीवयवःस्वमेवोक्ताःपृष्ठवंशोललाटास्थिकंधरंचिबुकंतथा नासावंशउरोबाहुःपादावूरुवजानुनी एतानिचद्द
शास्थीनि दशनाडीस्ततःशृणु भ्राजकोरंजकश्चैववातकःश्लेष्मकस्तथा पाचकोरेचकःषष्ठोदहकःशोषकोष्मः पोष
कोबंधकश्चेतिदेहेस्मिन्दशवन्हयः अमृतसिद्धो कलाभिर्दशभिर्युक्तःसूर्य्यमंडलमध्यगः वसतेवह्निप्रदेशेवन्हि
रत्नविपाचकः यावत्सूर्य्यस्यमध्यस्थःकालानलंकलेवरे तावद्विंदुप्रभावोयमविछिन्नः सुधामयः वन्हिबलप्रदोले
केवन्हिरायुःप्रदायकः स्वस्थोयावदयंवन्हिर्न्नरस्तावन्निरामयः अतस्तद्विरोधेनैवयोगाभ्यासः कर्त्तव्यइतिभावः
अथाधाराःशिवयोगे अथतेषोडशाधारान्कथयामिविशेषतः तेजोध्यानंपादांगुष्टेकुर्य्याद्दृष्टिःस्थिताभवेत् पाद
स्पार्श्वेनामूलंद्वितीयाधारसंज्ञकं संपीड्यस्थापयेद्यत्निरीपनंभवतिक्षणात् आकुंचयेद्गुदाधारंपादसंकोचनेन
तु अपानमरुतोधैर्य्यजायतेतत्तृतीयकं मेढ्राधारेदृढंसंकोचनेनब्रह्मग्रंथीन्त्रीन्समुत्याद्यपश्चात् श्वेतोवाथो
त्रसनाड्यांप्रवेशाद्विंदुलंभःसंभवत्येवसद्यः पंचमाधारंमोडनंनाभेरंत्रान्मुकुर्मुकुः मलमत्रकृमीणांचजारणंभवति
ध्रुवं नाभ्याधारंततस्तत्रप्रणवंयोजयेद्बुधः समाधिनैकचित्तेनतत्समानोदयोभवेत् सप्तमंहृदयाधारंतत्रप्राणा
न्निरोधयेत् तद्गतन्मध्यकमलविकाशोभवतिक्षणात् कंठाधारंकंठकूपंपीडयेच्चिबुकेनतु दृड्डापिंगलयोर्वायु
प्रग्रहःसुस्थिरोभवेत् नवमंघटिकाधारंजिह्वाग्रंतत्रदापयेत् सुधाकलास्रवत्येषासातुसरस्विकारिणी १ यालंबिका
चालनदोहनाभ्यांदीर्घीकृतासाविपरीतमार्गात् यस्मालुमूलांतरगर्भदेशप्रवेशायेत्सोन्मनीतांप्रयाति सेयंखेचरीमुद्रा
स्याःस्वरूपंपंप्रभावश्चमुद्राप्रकरणेवक्ष्यते जिह्वाधोरसनारंध्रोर्द्धोमधनंयदि सिद्धोत्तस्यामृतस्वादः कवितास्फुटी
भवेत् द्वादशंद्वादशाधारमूर्द्धतद्राजदंतकं मण्मासाद्दृश्यतेज्योतिस्तत्रजिह्वाग्रधारणात् त्रयोदशंघ्राणमूलंतत्रदृष्टिः

स्थिरीकृता यस्मिन्मनसानिलंवायुस्तत्रस्थिरोभवेत् चतुर्दशंतलाटाख्यमाधारंयत्रयोगवित् मनसायुमारोप्यसर्वसिद्धिम वाप्नुयात् भ्रोमार्धरंपंचदशंदुर्दृचक्षुषावुधः पत्रेषत्सकिरणाकारंशोभ्रमेवहिपत्रपति नेत्राधारंषोडशतनुदूर्दृचालयेद्बुधः ज्योतिःपुंजमपांगेनत्यत्रपतिस्थिप्रमेवहि परमशिवदृति १६ अथषट्चक्राणि सांख्ययोगे अतःपरंप्रवक्ष्यामिषट्चक्राणिशृणुप्रिये मूलाधारमधिष्ठानंमणिपूरमनाहतं कंठदेशेविशुद्धिःस्यादाज्ञाभ्रूमध्यसंस्थिता चतुःकोणोयमाधारःस्थितिःषट्कोणरूपिणी मणिरर्दुसंकाशस्त्रिकोणंस्यादनाहतं विशुद्धिचक्रंवर्णेनदुसदृशंपरिकीर्तितं आज्ञादिमशिवाकाराशृणुचातःपरंप्रिये आधारःपीतवर्णःस्यात्स्वाधिष्ठानंजलात्मकं मणिर्नीलांजनप्रख्योरक्तवर्णनाहतं विशुद्धिःस्फटिकप्रख्यास्मादाज्ञासर्ववर्णभाक् केचिद्वदंतिश्रोणाभंस्वाधिष्ठानारविंदकं तथाज्ञापंकजं शुक्लंपरमात्मप्रकाशनं शक्तियोगे चत्वारिचषडाधारश्चाहृदशषोडश द्वेचपद्मासनाद्दीनांयत्रसंवासमीरितं अत्रहिरंडोवाल्यस्तथाकणिपिनाकिनो छगलंडोमहाकालःसिद्धास्त्वेतेयथाक्रमं डाकिनीनाकिनीचैव बलाकिनीकाकिनीतथा शाकिनीहाकिनीचैवक्रमाद्देवोभवंतिच ज्ञात्वैवंसर्वचक्राणिसर्वसिद्धिकराणि वै गुरूपदेशविधिनाभिंद्यात्तानियथाक्रमं चक्रभेदनप्रकारस्त्रिपुरासारसमुच्चये अथपूर्वयोगजितांतःदृष्टश्लोनिजमूल चक्रदेशे विदर्भीतबुधसमाहितोजोषपदग्रंथिविभेदनेप्रमत्तं ग्राकृत्समुत्सृज्यनेर्यथासंसंकोचयेत्कंवुनिमार्गम ग्नी बुधस्तथाधारनियोजितात्मासंकोचयेत्कंवुनिमार्गमुज्जैः विदर्भीतमुद्भूर्मुद्गुरूक्तक्रमतोदृकृतिमंकलग्नपाणिः दृढरुद्गदध्वजांतरांतस्थितनेजोमयपुष्करायथोनिः अथकंवुनिमारुतंयतात्माप्रतिलोमेनशनैः प्रवेशयेतं कम ासनेपंकजमूलंस्वगुरूक्तविधानतोदृढायंअमुनाविधिनामुद्रः कृतेनहृमशः कंवुनिमारुतस्ततोसौ अजयं

कजमूलेरेशमार्गत्रिणथिग्रंथिविभेदनंकरोति परिहृत्यसगाधिपत्नतोसौसरणिं चंद्रमसौनभोमणेश्च कमलंकम लासनस्थपश्चादिधातोर्दृमुखंप्रविश्यसम्यक् प्रतिभानमथाभूतंप्रविष्टेभवनांतः परमेष्टिनःस्वगेशो लघुना वपुषो भवत्युद्याजगरांतर्हनस्यचापिदीप्तिः तडित्कोटिप्रबंस्वरूचिजिनकालानलरुचिंसहस्रादित्यांशुप्रकरस दृशोद्योतकलितांभ्रमंतंयोऽनंतः स्फुररुणबंधूककुसुमप्रभंकामंध्यायेज्जरवशशाभ्रकोटिशिशिरं तस्योर्द्धे निशीस्वाचिद्युतिलतापुंजप्रभा भास्वरास्तस्मान्नपथांतरांतरांतरगताचैतन्यमात्राकला एकीभूतम नंतरंसहतयाध्यायेद्यानिश्चलंस्वात्मानंचनिवातदीपनिभयाहंसस्वरूपंबुधः शक्तिःकुंडलिनीतियानि गदिताभ्रमसंज्ञाजगल्निर्माणेसततोद्यताप्रविलसत्सौदामिनीसंनिभा शंखावर्त्तनिभांप्रसुप्तभुजगा कारंजगन्मोहिनींतन्मध्येपरिभावयेद्विशलतातंतत्पमेयाकृतिं हूंकारेणगुरूपदिष्टविधिनाप्रोत्थाप्यसुप्तां ततः कृत्वातांकुलयानयापरमयाचिद्रूपयासंगतां मथांकुंडलिनींसमाहितमनास्तामुच्चरेत्कोलकींशा क्तिंब्रह्ममहापथेनसहितामाधारतः स्वात्मनाभित्वालिंगत्रयमथबुधोब्रह्मनाड्योर्दृमूर्द्धगछंतींतांकमलजनिलया त्मापयेदात्मशक्तिं व्योमांभोजप्रणथिपरमानंदकंदंविसर्गस्थानंचंद्रेपरिपरिगलद्वृक्षपीयूषधारं पीत्वाकुलाध्वतरसंपुनरे वरिवंमध्यंविशेदपघनस्पसमाहितात्मा यायाकुलादकुलमेवपुनश्चमात्रायोगेनरेशिकव रप्रतिपादितेन साशक्तिः सकलशरीरजीवभूताप्राणोसाविति गदिताजतंत्रमुख्यैः उद्घातःसतुपरिपठ्यतेमुनींद्रैः प्राणःसंस्पृशतियदाक्रमेण नीतः अमुंस्वाचारस्थः प्रतिदिवसमभ्यासनिरतः करोतिश्रद्धावान्सततमवधूताऽविलमलः समुक्तोदुःखौघैरपग तजराक्लेशमरणोगुणग्रामोपेतः सुरइवचिरंजीवतिभुवि चतुर्विधायाकथितेहसृष्टिः प्रवर्त्ततेयासकलापियस्या

प्रलीयंतेचापिजगत्समग्रंकालाग्निरुद्रादिसदाशिवांतं सेयंमयोक्तास्वलुयोनिमुद्राबंधस्तदेवैरपिदुर्लभोऽस्माः अ
नेनबंधेननसाध्यतेयन्नास्त्येवतत्साधकपुंगवस्य गुरुतत्वनिमेवणंचपानंहिहेयामधुनःस्वर्णचौर्यं अमुनाविलयं
प्रयातिसम्यक्सहस्राण्याचरितेनबंधनेन सनुमंत्रिवरःसएवयोगीगुणसिद्धेःपदमास्थितःसएव अमुनाचरतीह
बंधनयःसततंस्वोचितधर्मकर्मनिष्ठःअमुनाभवतीहभाजांसततंभासहतेनबंधनेन नजरापितराजवैद्यतंतीन
चमरतुप्रतिपादिताचभीतिः एतस्मेवहिबंधनस्यमनुजःप्राप्नोतिसम्यक्कृतादभ्यासादणिमादिसिद्धिमतुलांसंविति
मप्यूर्जितां योगंचाप्रतिमंजयंचमरुतःकालस्यवावंचनंतहित्मोःपरमंपदंपरतरंपश्यंतियत्सूरयइति पारमेश्व
रतंत्रे ईश्वरउवाच पश्चिमाभिमुखंलिंगंयोनिस्थंपरिकीर्तितं हकूंधिविंदुसंयुक्तंस्वयंभ्रवाणवाचकं इतरंचांतराल
स्थंविसर्गाधस्तथापरं महापद्मवनंचांतर्योगपीठंप्रकीर्तितं कंदवगोलकाकारंतत्कामंबिंदुरूपिणं त्रसरंध्रंतुत
न्नेवसुषुम्णाधारमंडले दृष्टिव्याप्तिनिरंप्राणिस्त्राणांवाचकानितु पूर्णास्यंचंद्रनंतत्वंकोदंडद्वयमध्यगं तद्भूर्भुवा
स्नामानमुद्दियानंप्रकीर्तितं कामरूपेभवेद्वह्निर्विसर्गमतुलंप्रिये बंधनस्थःप्रवक्ष्यामिसंवित्तंलभतेयया आरो
पूरकयोगेनह्याधारेयोजयेन्मनः गुरुमेदांतरेयोनिस्तामाकुंचप्रबोधयेत् भ्रमद्योनिगतंधात्वाकामंबंधूकसं
निभं सूर्यकोटिप्रतीकाशंचंद्रकोटिसुशीतलं तस्योर्द्धेतुशिरोवास्तूक्ष्माविचित्रापावकीकला तयासहितमात्मं
मेकीभूतंविचिंतयेत् गछंतीब्रह्ममार्गेणलिंगतंत्रक्रमेणतु अमृतंतद्विसर्गस्थंपरमानंदलक्षणं द्रुतंरक्तंस्वतेज
ढंधारायातेःप्रवर्तितं पीत्वाकुलामृतंदिव्यंपुनरेवविशेत्कुलं पुनरेवाकुलंगछेन्मात्रायोगेनामथा सात्रप्राणः
समाख्यातोऽस्मिंस्तंत्रेमयोदिते ऊर्द्ध्वाद्गतिःप्राणान्वनिर्यस्मिन्प्रजायते सामात्राजायतेभयउच्चारवर्ज

LIBRARY OF THE BOMBAY BRANCH OF THE ROYAL ASIATIC SOCIETY

वर्त्तिनी उद्घातःप्रोच्यतेसोपिप्राणस्तंस्थज्ञातेयदा एवमभ्यस्यमानस्यअहन्यहनिनिश्चयं जरामरणदुःखौघैर्मुच्यतेभव
बंधनात् चतुर्विधातुयासृष्टिर्यस्यांयोनौप्रवर्त्तते पुनःप्रलीयतेयस्यांकालाग्न्यादिशिवांतगा योनिमुद्रापराह्येषा
बंधस्तस्याः प्रकीर्त्तितः तस्यास्तुबंधमात्रेणतन्नास्तियन्नसाध्येत् छिन्नाःकुद्रास्तुयेमंत्राः कीलितास्तंभिताश्चये द
ग्धामृताःसिताहीनाभलिनास्तुनिरस्कृताः भेदिताभ्रमसंयुक्ताशप्ताःसंमूर्छिताहताः मंदाबालास्तथाष्टद्वाः प्रौ
ढायौवनगर्विताः अरिपक्षेस्थितायेचनिर्वीर्यास्तत्ववर्जिताः तथाशकेनहीनाश्चखंडशः शतधाकृताः विधिनाते
नसंयुक्ताःप्रभवंत्यचिरेणतु सिद्धिमोक्षप्रदाः सर्वैगुरुणाविनियोजिताः यद्यदुद्धृतेमंत्रीमंत्ररूपंशुभाशुभं ततुसिद्धस्य
नायासाद्योनिमुद्रान्बंधनात् दीक्षयित्वाविधानेनअभिषिंचसहस्रधा ततोमंत्रेऽधिकारार्थमेषामुद्राप्रकीर्तिता न
सहस्रासहस्राणित्रैलोक्यमपिघातयेत् नासौलिप्यतिपापेनयोनिमुद्रानिबंधनादिति अथचक्राणिलयोगोपयोगीनि
शिवयोगे मूलारेत्रिधावर्त्तेब्रह्मचक्रंभगोपमं तत्कंदेनिनिधायेद्धःशक्तिमभीष्टदां स्वाधिष्ठानंततश्चक्रंतत्रचातुर्द
लंभुजं तदेवोड्डियानंध्यायेत्सश्रिमाभिमुखंशिवं पंचावर्त्तनाभिचक्रंसर्पाकारांतडिन्निभां तत्रकुंडलनींध्यायेद्धः श
क्तिंसुसिद्धिदां अधोमुखाष्टपत्राढ्यंयुक्तंहृच्चक्रमिष्टदं तन्मध्यकर्णिकांध्यायेज्जीवतिर्द्विगाहुतिंतिमां पंचमंकंटकच
क्रंचतत्रांगुलचतुर्थके इडापिंगलयोः ध्यायेत्सुषुम्णांमध्यसंस्थितां षडंचघंटिकालिंगमूलंतद्राजदंतकं ध्यायेत्तुरशमद्वारं
तत्रप्रत्यंसुसिद्धये भ्रूचक्रंसप्तमंत्वेकनालकंदंस्वाकृतिं ध्यायेत्स्त्रियाशिवाकारंतन्मध्येज्ञानलोचनं ब्रह्मरंध्रंष्टमंचक्रं
निर्वाणाख्यंसुसूक्ष्मकं तत्रजालंधरंध्यायेद्भ्रूमोक्षप्रदंततः आकाशवायुनवमंप्रशस्तंत्रिकूटकंरूर्णगिरेश्चदृष्टे तत्रोर्द्ध
वक्त्रंशुभदंसुशून्यंध्यायेन्नसाष्टारसराजमध्येऽति शस्तांतरेतु प्रथमंब्रह्मचक्रंस्यान्त्रिरावर्त्तभगाकृति अधोमुख

कंठाख्यंकामरूपंचतज्ज्ञेयं तत्रैवबिंदुकुंडंस्यात्तत्रकुंडलिनीस्थिता तांजीवरूपिणींध्यायेज्ज्योतिश्चक्रंमुक्तिहेतवे स्वाधिष्ठानंहृदि
तीर्यंस्याच्चक्रंतन्मध्यगंविदुः षण्मात्रिभिर्मुरवंलिंगंप्रवालांकुरसंनिभं तत्रोड्डियानपीठंतुध्यात्वाकर्षयेज्जगत् स्तौ
मीनाभिचक्रंस्यात्तन्मध्येभुजगीस्थिता पंचावर्त्तामध्यशक्तिश्चिद्रूपाविद्युताकृतिः तांध्यात्वासर्वसिद्धीनांभाजनंजायते
बुधः चतुर्थंहृदयेचक्रंविज्ञेयंतदधोमुखं ज्योतीरूपंचतन्मध्येहंसंध्यायेत्प्रयत्नतः तंध्यायतोजगत्सर्वंवशंस्यान्नात्र
संशयः पंचमंकंठचक्रंस्यात्तत्रवामेडाभवेत् दक्षिणेपिंगलाज्ञेयासुषुम्णामध्यतःस्थिता तत्रध्यात्वाशुचिर्ज्योति
सिद्धीनांभाजनंभवेत् षष्ठंचलालुकाचक्रंघंटीकास्थानमुच्यते दशमद्वारमार्गेणिड्डाजरंतंचतज्ज्ञेयं तत्रशून्येलयं
कृत्वामुक्तोभवतिनिश्चितं भ्रूचक्रंसप्तमंविद्याद्बिंदुस्थानंचतद्विदुः भ्रूवोर्मध्येवर्तुलंचध्यात्वाज्योतिः प्रमुच्यते अ
ष्टमंव्रह्मरंध्रंस्यात्परंनिर्वाणसंज्ञकं तंध्यात्वास्त्रिकाग्यावंभूमाकारंविमुच्यते तन्नानात्वंपरंज्ञेयंमोक्षदंस्तौमिचेतसा
नवमंव्योमचक्रंस्याद्भ्रूलेर्वेंद्वाभिर्युतं संविद्रूपाचतन्मध्येशक्तिरूर्ध्वस्थितापरा तत्रपूर्णगिरौपीठंशक्तिंध्यात्वाविमु
च्यते ऊर्ध्वशक्तिनिपातेनअधःशक्तेर्निकुंचनात् मध्यशक्तिप्रबोधेनजायतेपरमंसुखमिति एतत्कलंत्रिपुरासारसमु
च्चयेविस्तरेणोक्तं तथाहि अथाधारपंकेरुहात्पत्रवृत्तेसुषुम्णांतरस्थानिसंक्षेपतोहं तरंभोजपत्रस्थितांश्चापिदे
वांस्तंभोजवर्णादाधारदेवीः अजग्रंथिपद्मंपुरायन्मयोक्तंतदाधारमाद्यंवरंतीहसंतः सुवर्णाभवर्णैश्चतुर्भिः समे
तंदलैर्योगिगम्यंमहाद्यर्म्यभूतं चतुर्वज्रपत्रेषुदेवीनिरूढानजलार्णादिवर्णान्यसेत्केवलान्बद्धबिंदून्बिंदून्प्रभा
वान्सशिष्टान्स्फुरज्ज्योतिषोडाकिनीदेवतात्र मूलाधारेसततंध्यानयोगात्तंभस्तोभावुत्स्तुतिर्दीदुरीव भूमिसा
गः खेचरत्वंक्रमेणऋणांमेतेसद्गुणाः संभवंति कांतिप्रकर्षावपुषोपिनादव्यक्तिः प्रदीप्तिर्जठराग्नितस्य लघुत्व

मंगस्यनिर्जेंद्रियाणांपटुत्वमारोग्यमदीनतांच कृत्वामनोनिश्चलमत्रमूलचक्रेनराः संततमादरेणभवंतिभूयो
दर्पेवरंतिशास्त्राण्यपिचाश्रुतानि विहायसद्यः कमलासनस्यचक्रांवुजांप्रीतितरंगसंगान् तरीयवक्त्रांवुरुहोदरांते
सरस्वतीनृत्यतिरिव्यरूपिणी अधिगम्यरसेंद्रमंत्रसिद्धिरपिकालंचविजित्यदुर्निवारं अजरामरतामवाप्यचांतेपर
मानंदपदेमुरारमंते एकीभूतार्णवांभःप्लुतमखिलजगत्सर्वभासादपूर्वज्योतिर्मूर्तिस्तदंतर्महितमहिमभूर्त्रिग
रूपीव षट्सिद्धाधिष्ठितात्मासकलसुरनुतः षड्विकारैरुपेतःषष्ठिःकोशैःश्रेरेवाभवभयतिमिरध्वंसहंसोमहेशः
अंगलिंग वपुर्भेतोभगवतोदेवोद्विरंडोभवद्बालीपूर्वमुरवंद्विवस्तनुमहाकालस्तथोर्द्धाननं वक्त्रंदक्षिणमाशु
शुक्षणिरसौदेवः पिनाकीपुनः पाश्चात्पंछगलंडएवभगवान्वामास्यमस्याभवत् स्वाधिष्ठानसमाह्वयंसरसलेमे
लेध्वजस्यांबुजंबालादित्यनिभंलोपरिगतेः पृष्ठास्तितर्द्धाक्षरैः विंदूभासितमस्तकैर्भगवतोलिंगात्मनः प्रस्फुरन्
नंयोगिवरेणगोचरमिदंध्यास्याधिपानाकिनी हृत्स्वाधिष्ठानेनिरस्तनिजचेतोलयवशामर्दनंद्यौद्वस्तिमितहृदयः
साधकवरः समेतांगोनंगः क्षितितलगतोचामरगृह्यांस्मरस्मेरांगंरमयतिगणंकांतिकलितं हृत्वेतिनिध्याय
मानसंस्वविधंचाश्रुतशास्त्रजालमुच्चैः प्रवधतजरामयः समर्त्यःसुचिरंजीवतिवितमरत्युभीतिः वपुषोऽशु
विभाजनस्याश्वत्सरमात्मशुद्धिमिहातनोतिपुंसां शरीरंबुदपेलवस्यदेहेदृढरुद्योघनतांचशीतरश्मिः चलितंसह
सामहारसंद्रकमलालोकं नतोवियत्सरोजात् हृत्यविनिवारयंतिसंतोननुधाराः पुरुषोतमास्तएव मरधौत
कटोमहागजेंद्रोवशतामेतियथाशनैः रुपायात् बलवानिहैवसुधाकारोसौक्रमरुद्धः स्वंशोभवत्यवश्यं एतस्मिन्कु
लिशाब्जयोगनिरतासरोलयोजायतेवागादीप्रियंतिनांलयवशात्संवितिरप्यूर्जिता अंतर्हीनमहारसद्रवजुषांन्

यो॰चिं॰ ण्यांचचेतोलयादाविर्भावमुपेत्यमंदसहजानंदछलेंहृदयः नाभिस्थलेमणिपूरकंदशदलैर्नीलांजनाभैर्युतंतद्ध्यायेच्चदशास्त्र
४१ रैर्हलैसन्मस्तकैः स्वाकिनासमधिष्ठितंचसततंध्यानान्नराःकेवलंवश्याकर्षणनिर्विशंकरणदृःक्षोभादिकंकुर्वते
स्थानेस्मिन्निहितात्मानः सुकृतिनः पातालसिद्धिः परावद्वस्याप्रतिमस्मसाधनमपिस्यारीश्चितंचक्षितौ रूपंभ्र
मिविवर्जनंपरपुरेशक्तिः प्रवेशंजराहानिश्चाविलदुःखरोगशमनंकालस्यवावंचनं हृदयेसरसंदृगोयसंभाघनसि
दूरसुवर्णवर्णमजरं यदनाहतमित्युशंतिसंतोरविसंख्यैरुपशोभितंदलैश्च क्रोधाद्यैर्भयवैर्भानुसंख्यैर्दंडोपेतैर्मंडि
तंचंडवीर्यैः तत्काकिनाधिष्ठितंदिव्यशक्त्यारेणाहंसेनापिरवेनशाश्वत् एतस्मिन्सततंनिविष्टमनसः स्थानेविमा
नेस्थिताः शुभ्रंसद्भुतरूपकांतिकलितारिक्तस्त्रियोगिनः ज्ञानंचाप्रतिमंत्रिकालविषयंक्षोभःपरस्याक्रतिर्दूरा
देवचरशनंचगतिःस्याद्योगिनीमेलनं विष्णुद्वारवंकंठेकमलधरमालिस्त्रिभिर्युतंश्रीकंजादिस्वरपरिगतैःयो
उशरलैः इहस्थानेशातुलनिजशक्तिर्भगवतीस्थितानित्यंदेवीशरीरभवार्त्तिप्रशमनी अभ्यासयोगादिहसंनि ए
विष्टस्यांतस्पशा श्चन्नरपुंगवस्य समर्थतास्यादनधीतशास्त्रसर्वोत्तमः स्याद्वसुधातलेस्मिन् स्थानेत्रसंसक्त
मनामनुष्यस्त्रिकालदर्शीविगताधिरोगः जित्वाजरामंजननीलकेशः शितोविरंजीवतिवीतमृत्युः इहस्थाने
चित्तंसततमवधायात्तपवनोयस्त्रिकुंडोयोगीबलयतिसमस्तंत्रिभुवनं नचब्रह्मादिस्मुर्नचहरिहयोनेवरवमणि
स्तरीयंसामर्थ्यंशमयितुमलंनापिगणपः अज्ञानामभ्रयुगमध्येरलयुग्मोपेतंशारदचंद्रमयाभ हाकिसु
क्लात्रापिचरेद्वीरलयुग्मेवर्णवंत्योर्विद्युतोसंस्मरणीयोध्यानयोग निरतस्यजायतेपूर्वजन्मकृतकर्म्मणांस्म ताम:
तिः अत्रविंदुनिलयेचदूरतोदर्शनश्रवणयोःसमर्थता इहसन्निहितस्वचित्तवृत्तिः प्रतिमायाःप्रतिजन्मनंक ४१

याणेऽनाः दिमंतपरमंपुराणपुरुषंवेदांतवेद्यंकविंविश्वाद्यंप्रविशंतिसततमहानंदैककंदंप्रभुं सहस्रारपद्मंविसर्गादधस्तादधाव
ऋमारूढंजलकुंजं कुरंगेनहीनस्त्रिभंगस्तरंतः सुरद्रुमिजालः सुधांशुःसमास्ते तरंतीतंत्रमारंभेसुसरस्यंयदाधारभू
तंसुषुम्णाख्यनाड्याः तस्तत्परंदिव्यमत्यंतगुह्यंसुरैरप्यगम्यंसुगोप्रयत्नात् एतत्कैलाससंज्ञंपरमकुलपदंविंदुरूपीयत्रा
स्तेदेवदेवोभवभयतिभिर्ध्वंसदंसोमहेशः भूतानामादिभूतोरमविषरसितांसंततानंतरंगेसाधीधारंविमुंचन्नभिम
तफलदोयोगिनांयोगगम्यः स्थानस्यास्यज्ञानमात्रेणनराणांसंसारेऽस्मिंस्तभवोनैवभूयः भूतग्रामंसंततांभ्यासयोगात्क
र्तुंहर्तुंस्यिच्छक्तिः समर्था स्थानेपरेहंसनिवासभर्तेकैलासन्नाम्नीहनिधायचेतः योगीगतंव्याधिरधः कृताधिवाधाधिरंजी
वतिमत्युमुक्तः स्थानेऽस्मिन्क्षयवृद्धिभावरहितानित्योदिताधोमुखीबालादित्यनिभप्रभाशशभृतः सालेकलायोऽशी
बालाग्रस्यविवंदितस्यशतधाभागेनचैकेनयास्तस्मात्सदृशीनिरंतरगलत्सीयूषधाराधरा एतस्याःपरतःस्थिताभगव
तीभूताधिदेवाधिपानिर्वाणाख्यकलार्द्धचंद्रकुटिलासाषोडशांतर्गता बालाग्रस्यसहस्रधाविदलितस्यैकेनभागेनयास्
स्तस्मात्सदृशीत्रिलोकजननीपाहारशक्तिप्रभा निर्वाणाख्यकलापदोपरिगतानिर्वाणशक्तिःपराकोद्यादित्यसम
प्रभातिमहत्तमा बालाग्रभागस्यया कोट्यंशेनसमासमस्तजननीनित्योदितानिर्मलानित्यानंदपदच्छलेनविगलद्धारा
निरालंबना एतस्याःपरतःपरात्परतरंनिर्वाणशक्तेः पदंशैवंशाश्वतमप्रमेयममलंनित्योदितंनिःक्रियं तद्धि
ष्णोःपदमित्युशंतिसुधियःकेचित्पदंब्रह्मणः केचिद्धंसपदंनिरंजनपदंकेचिन्निरालंबनं आरोप्यारोप्यशक्तिंकमलनि
लयादात्मानमात्मैकमेवस्थानेस्वाज्ञावसानेष्ववस्थितहृत्यधिरंतयित्वाक्रमेण नीत्वामादावसानेखगमकुलमहा
पद्मसद्मांतरस्थांधात्रेचेतस्मरूपामभिलषितफलप्राप्तयेशक्तिमाद्यां साक्षाल्लास्यारसाभंगगतगतमहापद्मसत्य

हंसात्मीत्वादिनामरतोधंपुनरपिचविशेन्मध्यदेशंकुलस्य चक्रेचक्रेकमेणाप्तरसविसरैस्तर्प्पयेद्देवतास्ताहाकिन्याद्याः समस्ताः
कमलजदलगांतर्प्पयेत्कुंडलींतां अथषट्कर्माणि हठप्रदीपिकायां धौतीवस्तीतथानेतीत्राटकंनौलिकंतथा कपालभा
तीचैतानिषट्कर्माणिप्रचक्षते कर्मषट्कमिदंगोप्यंघटशोधनकारकं विचित्रगुणसंधायिपूज्यतेयोगिपुंगवैः अथधौती
चतुरंगुलविस्तारंसिक्तंवस्त्रंशनैर्ग्रसेत् पुनःप्रत्याहरेदेतदभ्यासाद्धौतीकर्मवित् कासश्वासप्लीहकुष्ठंकफरोगाश्चविंश
तिः धौतीकर्मप्रभावेनप्रयांत्येवनसंशयः अथवस्ती नाभिदघ्नजालेपायुमग्ननालोत्कटासनः आधाराकुंचनंकु
र्याट्टल्यासाद्वस्तिकर्मवित् गुल्मोदरंचापिवातश्लीहपित्तकफोद्भवान् वस्तिकर्मप्रभावेनवाधंतेसकलामयाः ध्या
त्विदियांतः कारणप्रसारंधात्वंकांतिंदहनदीप्तिं अशेषदोषोपचयंनिहंयादभ्यस्यमानंजलवस्तिकर्म अथने
ती सूत्रंवेतत्तिसुस्निग्धंनानासानालेप्रवेशयेत् मुखान्निर्गमयेत्साहिनेतीसिद्धैर्निगद्यते कपालशोधनीचेवदृ
ष्टिप्रदीपिनी जत्रूर्द्धजातरोगौघान्नाशयत्याशुनेतिवित् अथत्राटकं निरीक्षेन्निश्चलदृशासूक्ष्मलक्ष्यंसमाहितः
अश्रुपातपर्यंतमाचार्यैस्तत्त्राटकंमतं मोचनंनेत्ररोगाणांतंद्रादीनांकपाटकं एतत्त्राटकंगोप्यंयत्नात्राटकपेटकं अथ
नौली अमंदावर्तवेगेनतुंदंसंभ्रामयेदितो नतोसोभ्रामयेदेषानौलीयोगोप्रचक्षते मंदाग्निसंदीपनपाचनादि
संधायिकानंदकरीतथैव अशेषदोषामयशोषिणीचहठक्रियामौलिरियंहिनौली अथकपालभाती भस्त्रेवलो
हकाराणांरेचपूरौससंभ्रमौ कपालभातीविख्याताकफदोषविशोषिणी अथमुद्राः पवनयोगसंग्रहे महामुद्रा
महाबंधोमहावेधश्चखेचरी शक्तिचालोमूलबंधउड्डियानंततःपरं जालंधराभिधोबंधोविपरीतकृतिस्तथेति हठ
प्रदीपिकायां स्त्रीलक्षनधात्रीणांयथाधारोहिनामकः सर्वेषांयोगतंत्राणांतथाधारोहिकुंडली सुप्तागुरुप्रसादेन

बोधितासुखरूपभवेत् तथासर्वाणिपद्मानिभिद्यंतेग्रंथयोपिच प्राणस्यशून्यपदवीनभाराजपथायते तथाचित्तंनिरालंबं
तन्नाकालस्यबंधनं तस्मात्सर्वप्रयत्नेनप्रबोधयितुमीश्वरी ब्रह्मद्वारमुखेसुप्तांमुद्राभ्यासपरोभवेत् महामुद्रामहाबंधोम
हावेधश्चखेचरी उड्डियानंमूलबंधोबंधोजालंधराभिधः करणीविपरीताख्यातथावेशक्तिचालनं एतेहिमुद्रानवकं
जरामरणवर्जितं आदिनाथोहरिंप्रमथेष्वर्यप्रदायकं वल्लभंसर्वसिद्धानांदुर्लभंमरुतामपि गोपनीयंप्रयत्नेनयथा
रत्नकरंडकं कस्यचिन्नैववक्तव्यंकुलस्त्रीसुरतंयथा अथमुद्रामुद्रा संख्यपुराणे शोधनंनाडीजालस्यबंधनंचंद्रसूर्ययोः
रसानांशोषणंसम्यक् महामुद्राभिधीयते ईश्वरोक्ते महामुद्रांप्रवक्ष्यामितन्त्रेऽस्मिन्ममवल्लभां यांप्राप्यसिद्धकाःसिद्धिं
कपिलाद्याःपुरागताः अपसव्येनसंपीड्यपादमूलेनसादरं गुदपार्श्वात्तथोयोनिंगुदमेढ्रांतरालगा सव्यंप्रसारितंपादंदृ
ढ्यात्पाणियुगेनतु नवद्वाराणिसंयम्यचिबुकंहृदयोपरि चित्तंचतुःपथेरुद्धाप्राणंभेद्यमुधारणं महामुद्राभवत्येषासर्वतंत्रे
षुगोपिता वामांगेनसमभ्यस्यदक्षांगेनाभ्यसेत्सुनः प्राणायामंसमंकृत्वायोगीनियतमानसः मुद्रामेनांतुसंप्राप्यगुरु
वक्त्रात्सुगोपितां अनेनविधिनायोगीमंदभाग्योपिसिद्धति सर्वासामेवनाडीनांचालनंबिंदुधारणं जारणंतुकषाय
स्वपातकानांविनाशनं कुंडलीतापनंवायोर्ब्रह्मरंध्रप्रवेशनं सर्वरोगोपसमनंजठराग्निविवर्द्धनं वपुषःकांतिकम
लाजरामरसुविनाशनं वांछितार्थफलंसोख्यमिंद्रियाणांधारणं एतान्मुक्तानिसर्वाणिभार्गाकूटस्थयोगिनः भवेदभ्यास
तोयत्नेनाग्रकार्य्यविचारणा गोपनीयप्रयत्नेनमुद्रेयंसुरपूजिता यांतुप्राप्यभवांभोधेःपारंगच्छतियोगिनः मुद्राका
मुद्यासेषासाधकानांमयोदिता पुत्राचारेणकर्तव्यानदेयायस्यकस्यचित् इयंखलुमहामुद्रामहासिद्धैःप्रशस्यते म
हाक्लेशायतोरोधाज्जीर्यंतिमरणादयः महामुद्रांचतेनैवैरिहविबुधोत्तमाइति हठप्रदीपिकायां मयाददाहृतःसर्वो

राम
४३

व

रंडाकारंप्रजायते शक्तीभूतायथाशक्तिःकुंडलीसहजाभवेत् पादमूलेनवामेन योनिंसंपीड्यदक्षिणं पादंप्रसारिते
धृत्वाकराभ्यांपूर्ययेन्मुखं कंठेबंधंसमारोप्यधारयेद्वायुमूर्द्धतः तथासोमरणावस्थांहरतेहिपदाश्रयी नरिपश्यमयश्चंवारसाः
सर्वपिन्नीरसाः अपिभुक्तंविषंघोरंपायुपमिवजीर्यति क्षयकुष्ठमुदावर्त्तगुल्मप्लीहपुरोगमाः तस्यदोषाः क्षयंयांतिमहा
मुद्रांचयोभ्यसेत् महाबंधं ईश्वरप्रोक्तं योसंप्रसारितः पादोविन्यस्यतमूरूपरि गुदयोनिसमाकुंच्यनीत्वाचापानमूर्द्ध
गं योजयित्वासमानेनकृत्वाप्राणमधोमुखं बंधयेद्दूर्द्धगत्यर्थमपानप्राणयोःसुधीः कथितोयंमहाबंधःसिद्धिमार्गप्र
दायकः नाडीगतिरुद्धमूर्द्धनयंतियोगिनः उभाभ्यांसाधयेत्पश्चामेकैकंसुप्रयत्नतः मतमत्रतुकेषांचित्कंवबंधं
विवर्जयेत् राजदंतमूर्ध्वतन्नजिह्वयोतंभयेदिति भवेदभ्यासतोवायुःसुषुम्णामध्यसंगतः अनेनवपुषःकांतिर्दृढबंधो
स्थिपंजरः संपूर्णहृदयोयोगीभवंत्येतानियोगिनः बंधत्रायेनयोगींद्रः साधयेत्सर्वमीप्सितं अपानप्राणयोरैक्यंकृत्वा
त्रिभुवनेश्वरि हठप्रदीपिकायां पार्ष्णिवामस्यपरस्ययोनिस्थानेनियोजयेत् वामोरुपरिसंस्थाप्यदक्षिणंचरणंतथा पूरयि
त्वासुरेवायुंहृदयेचिबुकंतथा निःपीड्ययोनिमाकुंचमनोमध्येनियोजयेत् रेचयेच्छनकैरेवमहाबंधोयमुच्यते अ
यंखलुमहाबंधोमहासिद्धिप्रदायकः कालपाशमहाबंधविमोचनविचक्षणः अयंतुसर्वनाडीनामूर्द्धगमनरोध
कः त्रिवेणीसंगमंधत्तेकेदारंप्रापयेन्मनः अथमहावेधः रूपलावण्यसंपन्नायथास्त्रीपुरुषंविना महामुद्रामहा
बंधोनिःफलोवेधवर्जितो महाबंधेस्थितोयोगीकृत्वापूरकमेकधा वायूनांगतिमावृत्यनिभृतंकंठमुद्रया स
महत्पुण्याभ्रमोस्फिज्जौसंताडयेच्छनैः पुटद्वयंसमाक्रम्यवायुःस्फुरतिमध्यगः सोमसूर्याग्निसंधानंजायतेच्च
मृत्युर्यते मृत्युरवस्थासमुत्पन्नंततोमृत्युर्भयंकुतः महाबेधोमयाभ्यासान्महासिद्धिप्रदायकः वलीपलितवेप

घ्रःसेव्यतेसाधकोत्तमैः एतत्त्रयंमहागुप्तंजरामृत्युविनाशनं वन्हिहृद्विकरंचैवअणिमादिगुणप्रदं अष्टधाक्रियतेचैवया
मेयामेरिनेरिने पुण्यसंभारसंधायिपापोद्भिदुरंसदा समकक्षिप्तावतामेवस्वल्पंप्रथमसाधने ईश्वरोक्ते म
हावंधस्थितोयोगीकुक्षीमाप्यर्ध्यवायुनास्फिजौसंताडयेद्विद्वान्वेधोयंकीर्तितोमया वेधनानेनसंविध्यवायुनायो
गिपुंगवः ग्रंथीन्सुषुम्नामार्गेणत्रयंभिनत्तसो यःकरोतिसदाभ्यासंमहावेधंसुगोपितं वायुसिद्धिर्भवेत्तस्य
जरामृत्युविनाशनं चक्रमध्येस्थितारेवाः कंपंतेवायुताडनात् कुंडल्यपिमहामायाकैलासाग्रेविलीयते तस्माद्योगीप्र
यत्नेनकरोतित्रितयंक्रमात् एतत्त्रयंप्रयत्नेनचतुर्थंकरोतियः मण्णासाभं तरेन्मृत्युंजयत्येवनसंशयः एतत्त्रयस्यमा
हात्म्यंसिद्धोजानातिनेतरः यज्ज्ञात्वासिद्ध्यः सर्वसिद्धांबालेभिरेविरं गोपनीयंप्रयत्नेनसाधनंसिद्धिमिच्छता अ
थाचनसिद्धिःस्यान्मुद्राणामेषनिर्णयइति अथखेचरी योगबीजे वितस्तिप्रमितंदीर्घविस्तारंचतुरंगुलं मृदुलं
धवलंश्लक्ष्णंवेष्टनाभालक्षणमिति दृग्भ्रुवोर्मिकायां छेदनचालनदोहैर्जिह्वासंवर्धयेन्नावत् यावद्भ्रूमध्यंस्पृश
तितदाखेचरीसिद्धिःकलांपराङ्मुखींकृत्वात्रिपथपरिवर्तयेत् साभवेत्खेचरीमुद्राव्योमचक्रंतदुच्यते रसनामूर्ध्वगां कृ
त्वासणार्द्धयेरितिष्ठति विषयेर्मुच्यतेयोगीव्याधिमृत्युजरादिभिः खेचर्यामुद्रितंयेनविवरंलंबिकोर्ध्वतः तस्यनश्य
तेबिंदुःकामिन्यालिंगितस्यच चलितोपियदाबिंदुःसंप्राप्तश्चकुताशनं ग्रसतेमृत्युरुद्धोयोनिमुद्रया संप्रा
तनविधोबिंदुःपांडुरोलोहितस्तथा पांडुरंशुक्रमाख्यातंलोहितारंमहारजः सिंदूरसंनिभंबीजंरविस्थानेस्थितंरजः
शशिस्थानेभवेद्बिंदुस्तयोरैक्यंसुदुर्लभं बिंदुःशिवोरजः शक्तिःबिंदुरिंदूरजोरविः यातिबिंदोः सदैक्यंभवेत्तिष्ठंच
पुत्तरा शुक्रंचंद्रेणसंयुक्तंरजः सूर्येणसंहतंतयोः समरसैकत्वयोजानातिसयोगवित् चित्तायत्तंनृणांशुक्रंशुक्राय

तंचजीवितं तस्माच्चितंचशुक्रंशुक्रायतंचजीवितं तस्माच्चितंचशुक्रंचरक्षणीयंप्रयत्नतः पातालायहितिष्ठिखरेमेरुमूलेन
रलितत्वंचैतत्प्रवरतिसुधीःसन्मुखेनिम्नगानां चंद्रात्सारः स्रवतिवपुषस्तेनमृत्युर्नराणांवश्यीमात्स्यकरणमरोग्यथाका
यसिद्धिः रंध्रनानियथावन्हिस्तेलवर्तीखेचरीपकः नित्यंसोमकलापूर्णंदेहोदेहंनमुंचति रसनांवेत्रायेद्यूर्ध्वंपिबेत्तच्छ्रावितं
जलं गोमांसंभक्षयेन्नित्यंपिबेन्मदिरवारुणीं कुलीनंतमहंमन्येनेतराकुलघातकान् गोशब्देनोदितोजिह्वातत्प्रवेशो
हितालुनि गोमांसभक्षणंतत्तुमहापातकनाशनं जिह्वाप्रवेशसंभूतवह्निनोत्पादितःखलु चंद्रात्स्रवतियःसारः
सास्यादमरवारुणी एकंसृष्टिमयंबीजमेकामुद्रामुदाहृतखेचरी एकोरेवोनिरालंबएकाचस्यामनोन्मनी नासनंसिद्ध
सदृशंनकुंभःकेवलोपमः नखेचरीसमामुद्रानभूतोलयः मूर्द्धःषोडशायप्रयत्नगलितंप्राणादवासंहरा दूर्ध्वं
स्रोरसनांनियम्यविवरेरात्रिंपरांचिंतयन् तत्कस्रोलकलाजलंचविमलंजिह्वाकुलंचयः पिबेन्निर्भयः समरणालको
मलतनुर्योगीचिरंजीवति चुंबंतीयदिलंबिकाग्रमनिशंजिह्वारसस्यंदिनीसक्षाराकटुकाम्लदुग्धसदृशंमधूपमंतु
लंयदा व्याधीनांहरणंजरांतकरणंशास्त्रागमोद्धारणंतस्यस्याद्दिसिद्धिरष्टगुणितासिद्धांगनाकर्षणं स्कंदपुराणे क
पालकुहरेजिह्वाप्रविष्टाविपरीतगा भ्रुवोरंतर्गतादृष्टिर्मुद्राभवतिखेचरी चित्तंचरतिखेयस्माज्जिह्वाचरतिखेगता
तेनेयंखेचरीनाममुद्रासिद्धैर्निषेविता यावद्दशनभोमुद्रातावद्बिंदुर्नगच्छति यावद्बिंदुःस्थिरोदेहेतावत्कालभयंकु
तः पीडयतेनसरोगेणनचलिप्यतेकर्मणा बाध्यतेनसकालेनयोमुद्रांवेतिखेचरीं रसनांतालुविवरेनिष्टायोर्ध्वमुखोभ्रुवं पिबे
न्निरंतरांगछेत्सरामासान्नात्रसंशयः ऊर्ध्वजिह्वःस्थिरीभूत्वासोमपानंकरोतियः मासार्द्धेनसंदेहोमृत्युंजयतियोगवित् सं
पीड्यरसनाग्रेणराजदंतबिलंमहत् भ्रात्वामृतमयींदेवींषण्मासेनकविर्भवेत् अमृतापूर्णदेहस्ययोगिनोहिवत्सरा

न् ऊर्द्ध्वप्रवर्तनेरेतोघ्राणिमादिगुणोदयं नित्यंसोमकलाश्चर्णशरीरंयस्ययोगिनः तस्यकेनापिदृष्टस्यविघ्नंनचसर्पतीति दत्तात्रेयः अंतःकपालविवरेजिह्वायांहृत्यवार्ययेत् भ्रूमध्यदृष्टिरप्येषामुद्राभवतिखेचरी नरोगोमरणंतस्यनिद्रान क्षुधातृषा नचमूर्छाभवेतस्ययोमुद्रांवेत्तिखेचरीमिति ईश्वरप्रोक्ते लंबिकोर्द्ध्वस्थितेगर्त्तेरसनांविपरीतगां संयोजयेत्प्र यत्नेनसुधारूपेविचक्षणः मुद्रेषाखेचरीप्रोक्ताभक्तानामनुरोधतः निरंतरकृताभ्यासः पीयूषंप्रत्यहंपिबेत् तेनविग्रह सिद्धिः स्यान्मत्तुमातंगकेसरी मुद्रेषाखेचरीयस्यसुस्थिताह्यादतंद्रिता शतव्रतगतेनापिक्षणार्द्धं मन्यतेहिसइति

अथमूलबंधः पादमूलेनसंपीड्यगुदमार्गमुपयंत्रितं बलादपानमाकृष्यऊर्द्ध्वमाहूयसमभ्यसेत् कथितोयंमू लबंधोजरामरणनाशनः अपानप्राणयोरैक्यंक्षयोमलपुरीषयोः बंधेनानेनसुतरांयोनिमुद्राप्रसिद्ध्यति सिद्धा यांयोनिमुद्रायांकिंनसिद्ध्यतिभूतले बंधस्यास्यप्रसारेणगगनेविजितानिलः पद्मासनस्थितेयोगीभुवमुत्सृज्यव र्तते सुगुप्तेनिर्जनेदेशेबंधमेनंसमभ्यसेत् संसारसागरंतर्तुंयदीच्छेद्योगिपुंगवइति हठप्रदीपिकायां पार्ष्णिभा गेनसंपीड्ययोनिमाकुंचयेदुरं अपानमूर्द्ध्वमाकृष्यमूलबंधोयमुच्यते अधोगतमपानंचतदूर्द्ध्वंकुरुतेहठात् आकुंचनेनतंप्राहुर्मूलबंधंतुयोगजे गुदंपार्ष्ण्यातुसंपीड्यवायुमाकुंचयेद्दृढा वारंवारंतथाचोर्द्ध्वंसमायाति समीरणः प्राणापानोनादबिंदूमूलबंधेनचैकतां गत्वायोगस्यसंसिद्धिंगच्छतोनात्रसंशयः अपानेचोर्द्ध्वगेजा तेसंप्राप्तेचाग्निमंडले तथानलशिखादीर्घाबर्द्धतेवायुनाहता ततोयातोष्मरूपानोप्राणमुष्णस्वरूपको तेना संतप्तरौप्यसुज्वलनोरेहजस्तथा तेनकुंडलिनीसुप्तासतंसंप्रबोधयते दंडाहतभुजंगीवनिश्चितंऋजुतांव्रजेत् तस्मः
विलंप्रविष्टे वतथात्रसनाऽयं तरंव्रजेत् तस्मान्नित्यंमूलबंधः कर्त्तव्यो योगिपुंगवैः दुर्द्धियानबंधः योगबीजे ४५

नरोयेनसुषुम्णायांप्राणास्तूर्द्धीयतेयतः तस्माद्दुर्द्धियानाख्योयंयोगिभिःसमुदाहृतः उड्डियंकुरुतेयस्मात्विश्रांतंमहा खगः उड्डियानंतरेवस्मान्मूलबंधोऽभिधीयते उदरेपश्चिमंतानंनाभेरूर्द्ध्वंसमाचरेत् उड्डियानोऽसौबंधोमृत्युमातं गकेसरी उड्डियानंतसहजंगुरुणाकथितंयथा - भ्रमेत्तरंतंदस्तुष्टोपितरुणायते नाभेरूर्द्ध्वमधोवापितानंकु र्म्यात्प्रयत्नतः षण्मासमभ्यसन्मर्त्यंजयतेवनसंशयः हठप्रदीपिकायां सतिवज्रासनेपादौकराभ्यांधारयेद्दृढं गुल्फदे शसमीपेचोदरंतत्पीडयेत् पश्चिमंतानमुदरंकारयेच्चुकंहरि शनैः शनैर्यथाप्राणस्तुंदसिद्धिंगच्छ ति सर्वेषामेवबं धानांमुत्तमोह्युड्डियानकः उड्डियानेदृढेबंधेमूलः स्वाभाविकोभवेत् इति ईश्वरप्रोक्ते नाभेरूर्द्ध्वमधश्चापितानंनिर्भ रमाचरेत् उड्डियानोबंधएषसर्वदुःखौघनाशनः नित्यंयः कुरुतेयोगीचतुर्वारंदिनेदिने तस्यनाभेर्विशुद्धिःस्याद्ये नसिद्धोभवेन्मरुत् षण्मासमभ्सन्योगीमृत्युंजयतितत्ववित् तस्योदरानिर्ज्वलतिरसवृद्धिश्चजायते अनेनसु तरांसिद्धिर्विग्रहस्यप्रजायते रोगाणांसंक्षयश्चापियोगिनोभवतिध्रुवं गुरोर्लब्धीप्रयत्नेनसाधयेत्तुविचक्षणः निर्ज नेसुस्थितेदेशेबंधंपरमदुर्लभमिति अथजालंधरः बध्वागलसिराजालंहृदयेचिबुकंन्यसेत् बंधोजालंधरःप्रोक्तो देवानामपिदुर्लभः नाभिस्थवह्निर्जंतूनांसहस्रकमलच्युतं पिबेत्पीयूषंरसवत्तदूर्ध्वबंधयेदिमं बंधेनानेनपीय मंस्वयंपिबतिबुद्धिमान् अमरत्वंचसंप्राप्यमोदतेभुवनत्रये जालंधरोबंधएषसिद्धानांसिद्धिदायकः अभ्यासः क्रियतेनित्यंयोगिनासिद्धिमिच्छतेति योगबीजे कंठमाकुंचहृदयेस्थापयेद्दृढमिछया बंधोजालंधराख्योयमम्र ताब्धयकारकइति हठप्रदीपिकायाम् वध्नातिहसिराजालमधोगामिनभोजलं ततोजालंधरःप्रोक्तः कंठेदुःखौ घनाशनः जालंधरबंधनं बंधत्रयमिदंश्रेष्ठंमहासिद्धनिषेवितं सर्वेषांहठतंत्राणांसाधनंयोगिनोविदुरिति अ

थविपरीतकरणी हठयोगे नाभिरेशेस्थितोनित्यंभास्करोरहनात्मकः अमृतात्मास्थितोनित्यंतालुमध्येचचंद्रमाः व
र्धतेधोमुखश्चंद्रोग्रसत्यूर्ध्वमुखोरविः करणंतन्नकर्तव्यंयेनसांतेशिखरेक्रमात् स्वयमुज्ज्वलितंयातिवंचयित्वामुखं
रवेः वह्निसोमकलाजलंचविमलंकंठस्थलाद्यूर्ध्वतोनासांतंशिखरेणयातिगगनंद्वारंततःसर्वतःऊर्ध्वस्थोभुविसंनि
पतनितंमुन्नानपादःपिबेदेवयः कुरुतेजितेंद्रियचयेनेवाक्षितस्पृशयः हठप्रदीपिकायाम् यत्किंचित्स्रवतेचं
द्वारमतंदिव्यरूपिच तत्सर्वयसतेसर्म्यसेनपिंडविनाशिच तत्रास्तिकरणंदिव्यंसर्व्यसमुखबंधनं गुरूपदेशतो
ज्ञेयंनतुशास्त्रार्थकोटिभिः ऊर्ध्वनाभिरधस्तालुरूर्ध्वभानुरधःशशी करणीविपरीताख्यासर्वव्याधिविनाशिनी
रत्नत्रेयः ऊर्ध्वभानुरधश्चंद्रस्तयश्चक्षुसांहते अधःशिराश्चोर्ध्वपादक्षणंस्यात्प्रथमेदिने क्षणाच्चकिंचिदधिकमभ्यस्येद्दि
नेदिने वलिश्चपलितंचैवषण्मासाईंनरत्रपते याममात्रंतुयोनित्यंअभ्यसेत्सतुकालवित् नित्यमभ्यासयुक्तस्यजव
राग्निविवर्द्धनं आहारोबहुलस्तस्यसंपाद्यसांहतेऽकं अल्पाहारोयदिभवेत्तदाहंकरोतिवै अथशक्तिचालनं
ईश्वरोक्ते आधारकमलेसुप्तांचालयेत्कुंडलीहठं अपानवायुनाकृष्यबलादाकुंचयेद्धुधीमान् शक्तिचालनमेवं
हिप्रत्यहंयःसमभ्यसेत् अग्निवृद्धिर्भवेत्तस्यरोगाणांचविनाशनं विहायनिद्रांभुजगीस्वयमूर्द्ध्वभवेत्खलु तस्माद
भ्यसनंकार्य्ययोगिनासिद्धिमिछता यःकरोतिसदाभ्यासंशक्तिचालनमुत्तमं येनसिद्धसिद्धिःस्यादणिमादिगुणप्रा
दा गुरूपदेशविधिनातस्यमरुत्तुभयंकुतः मुहूर्त्तद्वयपर्य्यंतंविधिनाशक्तिचालनं वज्रासनगतोनित्यंभासाईंतुसम
भ्यसेत् वायुनाज्वलितोवह्निःकुंडलीहृतोःनिद्रां संतप्तास्तानिनाडीचशक्तिस्त्रैलोक्यमोहिनी विशतेब्रह्मरंध्रे रामः
नसुषुम्णावरनांतरे वायुनावह्निनासार्द्धंब्रह्मग्रंथिंविभिद्यसा विष्णुग्रंथिंततोभित्वारुद्रग्रंथोचतिष्ठति ततस्तु ४६

कुंभकैर्गाढंपूरयित्वापुनःपुनः भिद्यंतेग्रंथयोमंशेतप्तलोहशलाकका तथैवदृष्टबंधोत्पातग्रंथिभेदस्तुवायुना पिपी
लिकायथालग्नाकंडूत्तत्रप्रवर्तते सुषुम्णायांतथाभ्यासात्प्राणस्ततंतुवायुनाभवेत् रुद्रग्रंथितंतोभित्वाततोयातिशिवात्म
कमिति हठयोगे उद्घाटयेत्कपाटंतुयथाकुंचिकयाहठात् कुंडलिन्याततायोगीमोक्षद्वारविभेदयेत् येनद्वारेणगंतव्यं
सस्थानंनिरामयं मुखेनाच्छाद्यतद्वारंप्रसुप्तापरमेश्वरी कंदोर्द्ध्वेकुंडलीशक्तिर्बद्धामोक्षाययोगिनां बंधनायचमूढानां
यस्तांवेतिसयोगवित् अंभोधिशेलदीपानामाधारःशेषकुंडली अन्येषांयोगतंत्राणामाधारःकुंडलीतथा कुंड
लांगीकुंडलीनीभुजंगीशक्तिरीश्वरी कुटिलांगीबालधीदेवीशब्दाःपर्य्यायवाचकाः कुंडलीकुटिलाकारासर्पवत्परि
किर्त्तिता साशक्तिश्चालितायेनसमुक्तोनात्रसंशयः गंगायमुनयोर्मध्येबालरंडातपस्विनी बलात्कारेणगृह्णी
यात्तद्विष्णोःपरमंपदं पुच्छेप्रगृह्यभुजगींसुप्तामुद्बोधयेदभिः निद्रांविहायसाऋज्वीऊर्ध्वमुत्तिष्ठतेहठात् परिस्फुटा
चेत्फणावतीसाप्रातश्चस्यंप्रहराईमात्रकं प्रपूर्य्यसोर्य्यापरिधानमुक्ताप्रगृह्यनिर्यातिविचालितासावज्रासन
स्थितोयोगीचालयित्वातुकुंडलिं स्तर्य्यारंतंतंभस्त्राकुंडलिमाशुबोधयेत् भानोराकुंचनंकुर्य्यात्कुंडलीचालयेत्त
तः मरुत्सुषुम्नागतस्यापिसमस्तुभयंकुतः नासारंध्रिणमार्गवाहिपवनोप्राणेतिदीर्घीकृतश्चंद्राभः परिपूर्णरि
तामलतनुः प्राग्घटिकायास्ततःभिंदन्कालविशालवह्निवरणाग्रंथ्रीन्नाडीगणास्तत्कायंकुरुतेपुनर्नवतरं
जीर्णद्रुमस्तंभवत् कुंडलीचालयित्वातुकुर्य्याद्भस्त्राविशेषतः एवमभ्यासतोनित्यंयमिनःशंकतेयमः तस्याभ्यसे
त्सर्व्यदाभेदमुज्ज्यायीचापिशीतली एवमभ्यासयुक्तस्ययमस्तुयमिनःकुतः मुहूर्त्तद्वयपर्य्यंतंनिर्भरंचालनाद्धिवै
ब्रह्मचर्य्यंतस्यैवनित्यंहितमिताशिनः मंडलात्दृश्यतेसिद्धिःकुंडलाभ्यासयोगिनः द्विसप्ततिसहस्राणांनाडीनांम

नशोभनं कुतः प्रसाद्यत्नोपायः कुंडलाभ्यासतोविना अत्रशक्तिचालनेपद्मासनमेवदृष्टमेनवज्रासनमनुभवविरोधात् तथाचग्रंथांतरे कृत्वासंपुटितौकरौदृढतरंबध्वात्वपद्मासनंगाढंवक्षस्यसंनिधायचिबुकंध्यानेचतच्चेतसिवारंवारमपानमूर्ध्वमधिलंप्रोत्सारयेत्प्रयत्नात्प्राणंमुंचतिवेधमेतिनियतंशक्तिःप्रबोधोभवेत् इतिमुद्रानवप्रोक्ता आदिनाथेनशंभुना एकैकातासुयमिनांमहासिद्धिप्रदायिनी दृतात्रेयः अभ्यासभेदतोभेदः फलानुसनमेवहि अभ्यासक्रमश्लोकः पवनसंग्रहेमहामुद्रासमभ्यस्यमहाबंधंततःपरं महावेधंचनियतंप्रकुर्याच्छक्तिचालनं आसनंसुदृढंबध्वामूलबंधंविधायच उड्डियानंतथाबंधंततोजालंधराभिधं अभ्यसेदितिसंबंधः हठप्रदीपिकायां मूलस्थानंसमाकृष्यउड्डियानंतुकारयेत् हठाच्चपिंगलांबध्वांवाहयेत्सुषुम्नेपथि अनेनैवविधानेनसेवयेत्पवनालयं ततोनजायतेमरुज्जरारोगादिकंतथेति योगबीजे चतुर्णामपिभेदानांकुंभकेसमुपस्थिते बंधत्रयमिदंकार्यंवक्ष्यमाणंमयास्फुटं शूरकांतेतुकर्त्तव्योबंधाज्जालंधराभिधः कुंभकांतरेचकादोकर्त्तव्यस्तूड्डियानकः अधस्त्याकुंचनेनाशुकंठसंकोचनेनच मध्येपश्चिमतानेनस्यात्प्राणोब्रह्मनाडीगः अपानमूर्ध्वमुत्थाप्यप्राणंकंठादधोनयन् योगीजराविमुक्तः सप्तवर्षसमोऽशोभवेत् उड्डीयानमसाहाजिकलात्कंभकस्यशार्दूलकर्त्तव्यः अत्रकेचित् यद्यपिकपिलादिसिद्धानामेवमहामुद्रादयः समंतानयाज्ञवल्क्यादिमुनीनांतथापिसाधारणेनवोधव्याइत्याहुः तन्नतद्ग्रंथार्थावबोधविधुरं तथाहि नारदोपतिप्रकरणे अपानमूर्ध्वमाकृष्यप्रणवेनसमाहितइत्यत्रमूलबंधः कंठतएवोक्तः तदुक्तत्वाच्च तत्संबंधिनावुड्डियानजालंधरावपिप्राप्ते एकसमयावछेदेनत्रयाणामनुष्ठानस्यपूर्वदर्शितत्वात् किंचजिह्वायां वायुमानीयजिह्वामूलेनिरोधयेत् यःपिवेदमृतंविद्वान्सकलंभद्रमश्नुतेइत्यत्रखेचरीविनाऽमृतपानानुपपत्तेः स्प

ष्टत्वात् तस्मात्संनियाज्ञवल्क्यादीनामपिमुद्राअभिप्रेताः प्रतिपादनंतुग्रंथांतरेप्रसिद्धत्वाद्विशेषेणनकृतमत्रेणंसवधेयं इदानींपूर्वोक्तवाह्याभ्यंतरसाधनसंपन्नस्याधारमुद्राचक्रादिज्ञानवतः मुमुक्षोः चित्तशुद्ध्यादिरामोक्षसाधनीभूततत्त्वज्ञानोपयोगीनियोज्यंगंगानिनिरूप्यंते तथाचपातंजलेयोगांगानुष्ठानादशुद्धिक्षयेज्ञानदीप्तिराविवेकख्यातेरिति वक्ष्यमाणानायोगांगानामनुष्ठानादाविवेकख्यातेरशुद्धिक्षयेचित्तसत्त्वस्यप्रकाशावरणक्लेशाख्यायाअशुद्धेर्नाशेसतियाभवतिज्ञानदीप्तिः सात्त्विकःपरिणामोविवेकख्यातिपर्य्यंतः सतत्सविवेकख्यातेर्हेतुरित्यर्थः योगांगोद्देशपरंचसूत्रं यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधयोष्टावंगानीति याज्ञवल्क्यः वक्ष्याम्यंगानितेसम्यक्शृणुमैत्रेययाऋतं समाहितमनागार्गिऋषिभिःसहसंश्रुणु यमश्चनियमश्चैवआसनं चतथैवच प्राणायामस्तथागार्गिप्रत्याहारश्चधारण ध्यानंसमाधिरेतानियोगांगानिवैराजने यमश्चनियमश्चैवहठाभ्यासप्रकीर्तितः आसनानुत्तमान्पश्चोत्रयंतेषूत्तमोत्तमं प्राणायामस्त्रिधाप्रोक्ताः प्रत्याहारश्चपंचधाः धारणापंचधाप्रोक्ताध्यानंषोढाप्रकीर्त्तितं त्रयंतेषूत्तमंप्रोक्तंसमाधित्वेकरूपतः बहुधाकेचिदिच्छंतिविस्तरेणपृथक्शृणु अहिंसासत्यमस्तेयंब्रह्मचर्य्यदयार्जवम् क्षमाधृतिर्मिताहारः शौचंचेतियमादशं कर्मणामनसावाचासर्वभूतेषुसर्वदा अक्लेशजननंप्रोक्तंअहिंसासेवयोगिभिः सत्यंभूतहितंप्रोक्तंयथार्थंभिभाषणं कर्मणामनसावाचापरद्रव्येष्वनिस्पृहा अस्तेयमितितन्प्रोक्तंऋषिभिस्तत्त्वदर्शिभिः कर्मणामनसावाचासर्वावस्थासुसर्वदा सर्वावस्थासुसर्वदा सर्वत्रमैथुनत्यागोब्रह्मचर्य्यंप्रचक्षते ब्रह्मचर्य्याश्रमस्थानांयतीनांयतीनांनैष्ठिकस्यच ब्रह्मचर्य्यातुसैवोक्तागृहस्थाश्रमवासिनां ऋतावृतौस्वदारेषुसंगतिर्यात्रिधानतः ब्रह्मचर्य्यातुसैवोक्तागृहस्थाश्रमवासिनां

ROYAL ASIATIC SOCIETY LIBRARY OF THE BOMBAY BRANCH OF THE

राज्ञश्चैवगृहस्थस्यब्रह्मचर्य्योपकीर्तितं शुश्रूषाचगुरोर्नित्यंब्रह्मचर्य्यमुदाहृतं दयाचसर्व्वभूतेषुसर्व्वत्रानुग्रहः स्मृतः वि
हितेषुतरत्नेषुमनोवाङ्कायकर्म्मभिः प्रवृत्तौवानिवृत्तौवाएकरूपत्वमार्জ্জवं प्रियाप्रियेषुसर्व्वेषुसमत्वंयच्छरीरि
णां क्षमासैवतिविदुर्ऋषिर्गरितावरवादिभिः अर्थहानौचबन्धनांवियोगेष्वप्रियसंपदि तयोःप्राप्तौचसर्व्वत्रचित्त
स्यस्थापनंधृतिः अष्टौग्रासामुनेः प्रोक्ताः षडग्नारण्यवासिनं द्वात्रिंशद्गृहस्थस्यपथेष्टंब्रह्मचारिणां एषामर्थं
मिताहारोत्रैधामल्पभोजनं शौचंचद्विविधंप्रोक्तंबाह्यमाभ्यंतरंतथा मृज्जलाभ्यांस्मृतंबाह्यंमनः शुद्धिस्तथा
न्तरं मनःशुद्धिश्चविज्ञेयाधर्म्मेणाध्यात्मविद्यया अध्यात्मविद्याधर्म्मश्चपित्राचार्य्येणवाग्र्यये तपः संतोषआस्ति
क्यंदानमीश्वरपूजनं सिद्धांतश्रवणंचैवह्रीर्मतिश्चजपोव्रतं एतेतुनियमाः प्रोक्तास्तांश्चसर्वान्पृथक्शृणु विधि
नोक्तेनमार्गेणकृच्छ्रचांद्रायणादिभिः शरीरशोषणंप्रोक्तंतपसास्तपउत्तमं इदंतुयोगाभ्यासात्मागेवदृष्टंयेअ
भ्यासकालेकायक्लेशोपवासादीनांनिषेधात् भगवद्गीतोक्तयोनारिलक्षणंयुज्यते तथाहि देवद्विजगुरुप्राज्ञपू
जनंशौचमार्জ্জवं ब्रह्मचर्य्यमहिंसाचशारीरंतपउच्यते अनुद्वेगकरंवाक्यंसत्यंप्रियंहितंचयत् स्वाध्यायाभ्यसनंचैववा
ङ्मयंतपउच्यते याज्ञवल्क्यः यदृष्टालाभतोनित्यमलंपुंसोभवेदिति यामन्तिस्माश्रयः प्रोक्तंसंतोषंसुखलक्षणं धर्म्मोधर्म्ममुनि
स्वासोयत्तदालिकामुच्यते न्यायार्জ্জितधनंचान्नमश्नन्यज्ञंयजन्हरीयते अर्थिभ्यः श्रद्धयायुक्तंदानमेतदुदाहृतं यत्प्रसंनत्वभाव
नविसृंवाहृदमेवच्चा यथाशक्तार्चनंभक्त्यासेतरीश्वरपूजनं तागारयेतंहरंवागदुष्टान्नतादिना हिंसारहितः कायश्चएत
रीश्वरपूजनं सिद्धांतश्रवणंप्रोक्तंवेदांतश्रवणंबुधैः द्विजवत्क्षत्रियस्योक्तंसिद्धांतश्रवणंबुधैः विशांचकेचिदिच्छंतिनीत राम:
लक्षत्तवतांसतं शूद्राणांचस्त्रियांचैवस्वधर्मस्थतपस्विनांसिद्धांतश्रवणंप्रोक्तंपुराणश्रवणंबुधैः वेदलौकिकमार्गेयुकुत्सि ४८

तंकर्म्मयभवेत् तस्मिन्भवतियालज्जाह्रीस्तुसेवेतिकीर्त्तिता विहितेषुचसर्व्वेषुश्रद्धायासामतिर्भवेत् गुरूणांचोपरिष्टोपि
वेदवाक्यविवर्জ্জितः विधिनोक्तेनमार्गेणमंत्राभ्यासोजपःस्मृतः अधीत्यवेदंसत्रंवापुराणंसेतिहासकं यदेषाध्ययनंत
द्ब्रह्मसदाभ्यासोजपःस्मृतः यतिविषयेरत्नात्रेयोविशेषमाह अलेयंब्रह्मचर्य्यंचत्यागोलोभस्तथैवच व्रतानियंचभिक्षु
णामहिंसापरमाणिवै अक्रोधोगुरुशुश्रूषाशौचमाहारलाघवं नित्यंस्वाध्यायइत्येतेनियमाःपंचकीर्तिताइति पतं
जलेपि अहिंसासत्यमस्तेयंब्रह्मचर्य्यापरिग्रहायमाः शौचसंतोषतपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानिनियमाइति गरुडपुरा
णेपि आनृशंस्यमनालस्यंवैराग्यंचार्জ্জवंपरं अचापलंधृतिःसत्यंज्ञानंचैवयमंविदुः अत्रानृशंस्यघातकत्वाभावः
शौचमाहारनियमोनिर्म्ममत्वमसंगता रामःक्षमारमस्तुष्टिरित्यष्टौनियमाःस्मृताः अथासनंतत्रपतंजलिः स्थि
रसुखमासनं आस्यतेनेनेत्यासनंपद्मादि तद्यथानिः कंपंसुखमनुद्वेजनीयंचभवतितदातद्योगांगतांभजते तथा
प्रैवस्थिरसुखापत्यर्थंसत्रंप्रयत्नशैथिल्यसमापत्तिभ्यामिति तत्रानंतेतिभावप्रत्ययमात्रपाठइतिभोजदेवः प्रयत्नशै
थिल्येनाऽनंत्यसमापत्त्याचस्थिरंसुखंचभवतीतिसंबंधः यदायदासनंबध्नातीतिप्रयत्नशैथिल्येष्वकेशेनैवनिःपद्यतेय
दावाकाशगतआनंत्येचेतसःसमापत्तिःक्रियतेअवधानेनतादात्म्यमापाद्यतेतदारेहारंकाराभावात्सासनंभुः खेजन
कंभवति अस्मिंश्चासनजयेसतिसमाधेंतरायभूतानप्रभवंगमेजयत्वारयः अनंतसमापत्तिभ्यामितिभावप्रत्य
यरहितः सत्रपाठइतिभाष्यसंप्रदायः अत्रअनंतेनाऽगाधनामकेस्थिरतरैकफणासहस्रविधृतविश्वंभरामंडलेसमा
पन्नेचित्तमासनंनिर्वर्त्तयतीतिव्याख्यानमितिवाचस्पतिमिश्राः आसनसामान्यलक्षणंतुकरचरणसंस्थानविशेषआ
सनमिति विशेषलक्षणंतुधर्म्मपुत्रिकायां स्थानयोर्भूतलेपादावासनस्थेनयोगिनादक्षिणंवामभागेतुनाभपादंतु

दक्षिणे अन्योन्याभिमुखंकृत्वाभगशीर्षकरद्वयं योगसंसिद्धिरेतोत्सुभगस्वस्तिकमुच्यते तलपार्श्वेनवामेनजानुनादक्षिणेनच
स्थित्वाहस्तपुटंकार्य्यमईचंद्रासनंविदुः भुवित्थित्वातुजानुभांतावन्मात्रेणयोगिना हरिहस्तपुटंकार्य्यक्षेयमंजलिकास
नं सुवेप्रसारितौपादौसुश्लिष्टौभूमिसंस्थितौ उपविश्यपादैकायंतुरंडासनमितिस्मृतं आसनस्थेनपादौद्वौन्यस्यभूत
लेसमौ जानुद्वयेहस्ततलंकृत्वापीडासनंभवेदिति मतंगः पर्य्यंकयोगपट्टेनबध्नीत्यष्टयोगतः आकुंचजानुनीस
म्यक्पादंकृत्वातुदक्षिणं बाहतोबामजंघायांवामसव्यादयोबहिः किंचिद्विनिर्गतंकृत्वासंतिष्टेन्नाम्पेवेकटिं पर्य्यंक
मितिविख्यातमासनंयोगसिद्धिदं आग्नेयपुराणे पादौद्वौद्विगुणीकृत्यतिर्यगूर्ध्वंयथाक्रमं न्यस्येत्पाणीयथापृष्ठस्थितः
श्लिष्टांगुलिनखौ योगपट्टासनंसेतत्सर्वेषामपिपूजितमिति चंद्रार्द्धलेशतः शृणुः तद्वत्पादद्वयंकृत्वासुतलान्योन्यसंस्थि
तंचंद्रार्द्धमेवंकथितमिति तद्वत्पद्मासनवत् द्विगुणपादद्वयंकृत्वेत्यर्थः तद्वत्पादद्वयंकुर्य्यात्तन्मुखंतुप्रणामितं दृष्टोभुव
मानस्थंसंप्रसार्य्यकरद्वयं प्रसारितासनंत्वेतत्कथितंयोगसिद्धिदंवासिष्टः गुदंनियम्यगुल्फाभ्यांवृषणेभ्रमणसमाहितः
कूर्मासनंभवेदेतदखिलयोगविदोविदुः कूर्मपुराणे एकंपादमथैकस्मिन्विन्यस्योरुणिसंस्थितः आसीतार्द्धासनमिदंयोग
साधनमुत्तमं याज्ञवल्क्यः जानोर्बाहंतरंसम्यक्कृत्वापादतलेउभे ऋजुकायःसमासीनःस्वस्तिकंतत्प्रचक्षते सीवन्याम
तनःपार्श्वगुल्फौनिःक्षिप्यपादयोः सव्येदक्षिणगुल्फंतुदक्षिणेदक्षिणेतरं एतद्धिस्वस्तिकंप्रोक्तंसर्व्वयोगप्रपूजनं सव्येदक्षि
णगुल्फंतुदक्षपार्श्वेनिवेशयेत् दक्षिणेपितथासव्यंगोमुखंगोमुखंयथा एकंपादमथैकस्मिन्विन्यस्योरुणिसंस्थितः इत
रस्मिंस्तथाचोरुंवीरासनमुदाहृतं गुल्फौचवृषणस्याधः सीवन्याःपार्श्वयोःक्षिपेत् दक्षिणंसव्यगुल्फेनदक्षिणेनतथे
तरं हस्तौजानूपरिस्थाप्यस्वांगुलीःसंप्रसार्य्यच व्यादत्तवक्त्रोनिरीक्षेतनासाग्रेसुसमाहितः सिंहासनंभवेदेतत्पूजितंयोगि ४९

भिःसदा गुल्फौचवृषणस्याधः सीवन्याःपार्श्वयोःक्षिपेत् पार्श्वपादौचपाणिभ्यांदृढंबध्वासुनिश्चलः भद्रासनंभवेदेतत्सर्वव्याधिविना
शनं संपीड्यसीवनींसम्यग्गुल्फेनैवतुसव्यतः सव्यंदक्षिणगुल्फेनमुक्तासनमितीरितं अवष्टभ्यधरांसम्यक्तलाभ्यांकर
योर्द्वयेः हस्तयोःकूर्परेचापिस्थापयेन्नाभिपार्श्वयोः समुन्नतशिराःपादौद्वंडवद्भूमिसंस्थितः मयूरासनमेतद्धिसर्व्वपा
पप्रणाशनं सर्व्वव्याध्यंतरोरोगाविनश्यंतिविषाण्यिव हंसप्लुतिकायां वसिष्ठोद्यैश्चमुनिभिर्मत्येनूद्योश्चयोगिभिः अंगी
कृताभ्यासनानिवक्ष्यंतेकानिचिन्मया हंसप्लुतमंगात्वारासनंहंसमुच्यते तत्कुर्य्यादासनस्थेर्य्यमारोग्यंचांगलाघवं प
द्मासनंतुसंयोज्यजानूर्वोरंतरेकरौ निवेश्यभूमौसंस्थाप्यव्योमस्थंकुरुदासनं वंक्षस्थोरुभ्यांसंबध्यकंधरं भवेत्कूर्मवदु
त्तानमेतदुत्तानकूर्मकं पादांगुष्ठौचपाणिभ्यांगृहीत्वाश्रवणावधि धनुराकर्षणंकृत्वाधनुरासनमीरितं वामोरू
मूलार्पितदक्षपादंतन्वोर्बहिर्वेष्टितदक्षरोत्माप्रगृह्यतिष्ठेत्परिवर्त्तितांगः श्रीमत्स्यनाथोदितमासनंस्यात् मत्स्येंद्रपीठंजठरं
प्रवृद्धिंप्रचंडरुजंगलत्वंउनाद्धि श्रमासतःकुंडलिनीप्रबोधंदंडस्थिरत्वंप्रददातिपुंसांप्रसार्य्यपादौभुविदंडरूपौद्वाभ्यां
चपादद्वितयंगृहीत्वा जानुपरिभ्यस्तललाटदेशोभ्यसेदिदंपश्चिमतानमाहुः इतिपश्चिमतानमासनाग्र्यंपवनंपश्चिम
वाहिनंकरोति उदरंजठरनालस्यकुर्य्यादुदरेकार्शसिरोगितांचपुंसां धरामवष्टभ्यपुनः कराभ्यांतत्कूर्परेस्थापितना
भिपार्श्वः तदासनेदंडवदुत्थितःखेमयूरमेतत्प्रवदंतिसंतः हरतिसकलरोगानाशुगुल्मोदरादीनभिभवतिचरोगाना
सनंश्रीमयूरं बकुक्करशनभुक्तंभस्मकुर्य्यात्क्षोयंजनयतिजठराग्निंजारयेत्कालकूटं उत्तानशवभूमौशवासनमि
दंस्मृतं शवासनंश्रांतिहरंचित्तविश्रांतिसाधनं भूमौस्थमस्तकंस्थाप्यहस्तयोःकूर्परेतथा पादौखेदंडवत्कुर्य्यान्मर
कासनमितीरितं स्कंदपुराणेआसनानीहतावंतिजावंत्योजीवयोनयः सिद्धैश्चैवतथापद्मेनेषुदेसिद्धसिद्धिदे गोरक्षः

चतुरशीतिर्न्नासाणामेकैकंसमुदाहृतं एतेषामस्तिलाभ्योदान्विजानातिमहेश्वरः ततःशिवेनधीगम्यगोऽश्रोनग्रतरू
तं आसनेभ्यःसमस्तेभ्योऽयमेतदुदाहृतं एकंसिद्धासनंप्रोक्तंद्वितीयंकमलासनं हठप्रदीपिकायाम् चतुरशीत्यास
नानिशिवेनकथितानिवै तेभ्यश्चतुष्कमादायसारभूतंब्रवीम्यहं सिद्धंपद्मंतथाभद्रंसिंहंचेतिचतुष्टयं श्रेष्ठंतत्रापिपद्मं
तिष्टेत्सिद्धासनंसदा भद्रसिंहासनेप्रर्वमुक्ते याज्ञवल्क्यः दक्षिणेतरगुल्फेनसीवनीपीड्यचेछिरां अधस्तादुभयोः सरभ्यांस
मोपरिचरक्षिणं जंघोर्वोरंगार्गानिक्षिप्तंबंधयेदृढं समग्रीवशिरःकायःसमदृष्टिःसमोदरः नेत्राभ्यांदक्षिणंगुल्फंलोकय
न्परित्स्थितं एतत्सिद्धासनंनामशीघ्रसिद्धिविधायकं तथा सव्येनगुल्फेनगुदंनिपीड्यसव्येतरेणेवनिरुध्यसंधिं सव्येक
रेभस्तकरेतस्मिन्सिरवांसमालोकयपाकरूप आयूर्विधातरुत्राणोनिरुद्धत्वासनेनवै यालिगार्गितरापानात्कु
लंवरेःशनैःशनैःत्यजनयोगसंग्रहे योनिस्थानकमंघ्रिमूलघटितंकृत्वादृढंविन्यसेन्मेढ्रोपरिमेकमेकहृदयःकृत्वास
मंविग्रहंस्थाणुः संयमितेंद्रियोऽचलदृशापश्येद्भ्रुवोरंतरंत्वेतन्मोक्षकपाटभेदनकरंसिद्धासनंप्रोच्यते तथा मेढ्रादुप
रिविन्यसेत्सव्यंगुल्फंतथोपरि गुल्फांतरंतुविन्यस्यसिद्धासनमिदंभवेत् एतत्सिद्धासनंप्राहुःपद्मासनमथोविदुः गुप्तासनं
वदंत्येकेप्राकुर्वज्रासनंपरे केचिन्मुक्तासनंप्राहुरिदमासनमुत्तमं हठप्रदीपिकायां नित्यमेवमिताहारोमथाहिंसायमे
छिव मुख्यंसर्वासनेष्वेवंसिद्धासनमिदंविदुः चतुरशीतिपीठेषुसिद्धासनंसमाभ्यसेत् द्वात्रिंशतिसहस्रेषुसुषुम्णामिव
नाडिषु आत्मध्यायीमिताहारीयावद्द्वादशवत्सरं सदासिद्धासनाभ्यासाद्योगीनिष्पत्तिमाप्नुयात् श्रमदेर्वकुभिःपीडै:
किंस्यात्सिद्धासनेसति प्राणानिलेसावधानेबद्धेकेवलकुंभके उत्पन्नतेनिरायासात्स्वयमेवोन्मनीयथा अंघ्रेरुत्तमे तमः
न्नेनदृढंबद्धेसिद्धासनेसदा बंधत्रयमनायासात्स्वयमेवोपजायते अथपद्मासनं याज्ञवल्क्यः अंगुष्ठौचनिबध्नीया ५०

दुत्ताभ्यांवुत्क्रमेतेणे उर्वोपरिविन्यसेत्कृत्वापादतलेउभे पद्मासनंभवेदेतत्सर्वेषामपिपूजितं मतंगः भद्रेष्टेतुसमेरम्येविवे
शेपसमाश्रिता दक्षिणोरुगतंवामपार्श्वेवामोरुसंस्थितं दक्षिणंतुसमाकृष्यतज्जंघेतुपरस्परं एतद्विकमतंनाम्नाविघ्नासनमुत्त
मं हठयोगे वामोरूपरिदक्षिणंहिचरणंसंस्थाप्यवामंतथादक्षिणोरुपरिपश्चिमेनविधिनाधृत्वाकराभ्यांदृढं अंगुष्ठोहृदयेनि
धायचिबुकंन्यस्यायमालोकयेदेतद्व्याधिविकारनाशनकरंपद्मासनंप्रोच्यते दत्तात्रेयः उत्तानौचरणौकृत्वाऊरुसंस्थौप्रयत्न
तःऊरूमध्येतथोत्तानौपाणीकृत्वातथोदरौ नासाग्रेविन्यसेत् राजदंतमूलंतुनिदृश्या उत्तभ्यचिबुकंवक्षस्युत्थाप्यपवनंशनैः
पथाशक्त्यासमाकृष्यपूरयेदुदरंशनैः यथाशक्तेनपश्चात्तुरेचयेत्पवनंशनैः इदंपवनाशनंप्रोक्तंसर्वव्याधिविनाशनं दुर्ल्ल
भंयेनकेनापिधीमतालभ्यतेभुवि पद्मासनस्थितोयोगीनाडीद्वारेषुपूरयन् मारुतंधारयेद्यस्तुसमुक्तोनात्रसंशयः एवमास
नंबध्नेमुयोगीन्द्रोविजितश्रमः अभ्यसेन्नात्रिभुदिनंचमुक्तोयापवनक्रियामिति इतिश्रीमत्परमहंसपरिव्राजकाचार्य्य
श्रीमद्रामचंद्रसरानंदसरस्वतीशिष्यशिवानंदसरस्वतीविरचितयोगचिंतामणौद्वितीयःपरिछेदः २ योगेश्वरायनमः
अथोक्तरेचपथोक्तलक्षणविशिष्टमेऽशुभकालेस्वानुकूलशुभताराचंद्रबलमुहूर्त्तयोगयुक्तायांतिथौविनायकं
शिवं शिवाविष्णुसूर्य्यंचगुरूंस्त्रिभान्योगीद्रांश्चयथाशक्तिसंपूज्यकुशाजिनद्वादशगुणितवस्त्रयुक्तासनेय
माद्विगुणसंपन्नः प्राङ्मुखोदङ्मुखोवोपविशेत्तिरश्चिवायोगिनोगुरून्प्रणम्यगुरुशास्त्रोक्तयोगेणप्राणायामस्यांतरंगंप्र
थमंनाडीशोधनंकुर्यात् गीतायां श्रुचौदेशेप्रतिष्ठाप्यस्थिरमासनमात्मनः नात्युच्छ्रितंनातिनीचंचेलाजिनकुशोत्तरमिति
राजयोगे विविक्तेविजनेदेशेशब्दवह्नितिमनोरमे हरे समासनेसुखासीनः पश्चात्किंचित्समाश्रितः सुसुखस्थितसर्वांगः
सुस्थिरात्मासुनिर्मलः अतो विविक्तेदेशेचसुखासनस्थः शुचिःसमग्रीवशिरः शरीरः अत्याश्रमस्थः सकलेन्द्रियाणिनि

रूपभक्त्यासगुरुंप्रणम्येति कूर्मपुराणेविधिवाकं नमस्कृत्वाथयोगीन्द्रानसन्निध्यांश्रविनायकं गुरुंचैवाथमांयोगीपृंजीत
सुसमाहितः याज्ञवल्क्यः कृतविद्योजितःक्रोधःसत्यधर्मपरायणः गुरुशुश्रूषणरतःपितृमातृपरायणः स्वाश्रमस्थःसदा
चारोविदुर्द्विजैःसुविक्षितः विनायकंसुसंपूज्यफलमूलोदकादिभिः दृष्टदेवंगुरुंनत्वानतआसनमासनं शालेवंनादिसंस्थानं
वायुनांस्थानमेवचविधिनोक्तेनमार्गेणनाडीसंशोधनंकुरु वासिष्ठयोगे विमुक्तकर्मसंयुक्तःसर्वकामविवर्जितः यमा
दिगुणसंपन्नःसर्वसंगविवर्जितः तपोवनंततोगत्वाफलमूलोदकान्वितं तत्ररम्येशुचौदेशेनद्यांवाकाननेपिवा शुशोभ
नंसमंकृत्वासर्वदर्भासमन्वितंत्रिकालस्नानसंयुक्तःशुचिर्भक्तिसमन्वितः मंत्रमौलतनुधीरःसितभस्मधरःसदा सदहास
नोपविशेत्तत्रासमास्तीर्ण्यधवाजिनं विनायकंसुसंपूज्यफलमूलोदकादिभिः दृष्टदेवंगुरुंनत्वानतआसनंप्राशुखो
वास्यादासितासनगतःस्वयं समग्रीवशिरस्कायःसंहतासुःसुनिश्चलः नासाग्रदृक्समासीनःसव्येनसव्येतरंकरं नासा
ग्रेशशरिंदंशोत्सार्जदक्षविनामितं सव्यमध्यस्थमालोक्यनेत्राभ्यांसमनसासह
इडयापूरयेद्वायुंकोष्ठंदशसमाकं ततोनिरूर्ध्वमायम्यस्फुरज्ज्वालावलीयुतं रेफंचविंदुसंयुक्तंमनिमंडलसंस्थितं ध्या
यन्विरेचयेत्सव्यान्नासांपिंगलयापुनः ततःपिंगलयापूर्य्यप्राणंदक्षिणःसुधीः तदूर्द्ध्वंरेचयेद्धीमान्विधिनातुशनैःशनैः त्रि
चतुर्वत्सरंवाभ्यसेत्तुर्यसमेवचा यदूर्द्ध्वमाचरेद्वंनिषुकालेषुयत्नतः नाडीशुद्धिर्भवाप्नोतिप्रथमकविलोपलक्षितां
शरीरलघुतादीप्तिर्जठराग्निविवर्द्धनं नादाभिव्यक्तिरित्येतत्त्रिरुक्तंतत्सिद्धिसूचकं यावदेतानिसंपन्नपतावदेवंसमाचरेत्
विमुक्तकर्मसंयुक्तइतिमद्यायोगंवर्णाश्रमविहितकर्मानुष्ठानयुक्तः यमादित्यादिशब्देननियमासनयोर्ग्रहणं तेषांयम
नियमादीनांयोगुणास्तत्सिद्धिविरुद्धनालस्यादीनांत्यागादिस्वांगजुगुप्सादिदूरनिध्यानादयः तैःसंयुक्त

आदयः तपोवनंततोगत्वेत्यादिनांयंनाडीशुद्धेरेवनियमविधिर्वीक्ष्यक्रमपरत्वात् अतोयंप्राणायामादियोगांगपंचांगतया
प्राप्तानांयोगरेशानामेकदेशस्यानुवादः कुशासनमास्तीर्य्यधवाजिनमित्यत्राथवेतिशब्देनविकल्पपरः किंत्वनुक्तसमुच्च
यार्थोः यथानामनेकार्थत्वात् तथाचायमर्थः मृदुकुशोपरिचर्मवस्त्रमपिदत्वेत्यर्थः तथाचभगवद्गीतायां नात्युच्छ्रितं
नातिनीचंचैलाजिनकुशोत्तरमितिकुशोत्तरमित्यत्रयाश्रुतक्रमादर्थक्रमोबलीयानितिन्यायात्पावक्रमेविपरीतक्रमइतिशं
करार्य्यचरणैरत्रभिधानात्कुशोपरिहरिणस्याद्यस्यवाचर्मतदुपरिकोमलंवस्त्रमितिभाव्येयं चैलाजिनयोःकुशाउ
तरेधस्तात्स्थितिन्नासनेतत्रैलाजिनकुशोत्तरमितिभाष्यानेनकथमनुपपत्तिः योगसारे कुशोत्तैलाजिनास्तीर्णइति नारदी
यपुराणे कुशैश्चमृदुभिर्दंभैरुपविश्यार्द्धचर्मणा तत्रोपविष्टःसततंयोगांगानिसमभ्यसेदिति याज्ञवल्क्यः मृदासनोप
रिकुशान्समास्तीर्यततोऽजिनमिति अत्रेतुअथवेतिशब्दः कुशाजिनयोर्विकल्पपरइत्याहुः तदुक्तं सर्वलोकगुरोर्भ
गवद्वासुदेवस्यवाक्यार्थानुसारेणैवान्यवाक्यार्थस्योचितत्वात् किंचसिद्धगीतायांवस्त्रस्यानुक्तत्वात्कुशाजिनयोर्वि
कल्पाश्रयेकेवलकुशनिर्मितकेवलाजिननिर्मितवासनेयोगाभ्यासासंभवस्यानुभवसिद्धत्वात् ननुआसनंतूलसं
पूर्णसितवस्त्रावगुंठितं कृष्णाजिनोत्तरीयंचविभस्तंमृदुकर्मणीत्यगस्त्यगीतासु धैर्यसंपन्नःसततंवस्त्रंचाजिनमेव
वा नात्युच्छ्रितंनातिनीचमितिदत्तात्रेयवाक्येच कुशरहितस्यापिदर्शनाद्युक्तएवविकल्पइतिचेत् तत्रापिसर्वशास्त्रवा
धिकरणन्यायेनत्रिदत्तऋतौभवद्योपसंहारवद्वाकुशोपसंहारस्यावश्यकत्वात् तथाचस्थिरसुखमासनमित्यपियु
क्तंभवति अत्रतूलसंपूर्णसितवस्त्रावगुंठितमासनंयतिभतिरिक्तविभर्त्तेयं तस्मधर्मशास्त्रेतूलसितवस्त्रयोर्निषेधा
त् तथाहि व्याघ्राजिनादित्वात्वोग्रपुस्तकसंग्रहः तूलंतूलपटीचैवयतीनांपतनायवट् एतेनयत्रासनादीतिषडंगाभ्ये

बोल्कानितत्रापियमनियमयोरुपसंहारोदर्शितः तयोः सकलव्रतसाधारणत्वात्केनुचिदेवग्रंथेषुनविशेषेणप्रतिपादितावित्य
वधेयं अयंचासनविधिर्नाडीशुद्धिमात्रपरः किंतुसांगयोगाभ्यासार्थेपिदृष्टव्यः तत्रोपविष्टोयोगांगानिसमभ्यसेदितिनारदी
यवचनात् नासाग्रेत्राशभर्हिवमितिअमृतंस्रवतिदृष्टं समममस्यत्राभसदेत्यादिवर्गस्यचतुर्थेहृदितिबीजं पूरयेद्वायुमिति
अमृतमिश्रितमितिदृष्टं एतेननाडीशुद्धिसाधनंपूरकोदर्शितः अत्रकेचिन्नोन्मिमित्यादिनापिंगल - पुनरित्यंतेनरेच
कोदर्शितः पूर्ववदित्यनेननासाग्रइत्यस्यापिपरामर्षाच्चंद्राग्निध्यानसहितोपूरकेरेचकावेवात्रनाडीशुद्धिसाधनत्वेनो
पदिष्टोनतुकुंभकोपि अतएवापूरयेरेचयेयश्चाद्वर्त्मनाऽऽकाशवर्त्मनइति योगसारे सोंकारणहितोयेनमध्यगेनोपशोभितं
विपंचवारान्नापूर्यमहतंचंद्रवर्त्मना ततोविरेचयेन्नाडयालेशतोजातवेदसइति नकुलीशयोगपरायणेच नाडीशुद्धि
साधनत्वेनपूरकेरेचकमात्रंस्फुटमित्याहुः तन्न तथासतिपूरकानंतर्यमसततोन्मिमित्यत्रततः शब्देनबलाभात्पश्चान्मंदंपिं
गलयापुनरित्यत्रपश्चत्पदंपुनरुक्तंस्या रेचकांगभूतध्यानस्याध्यायन्नित्यनेनैवलाभात् ध्यायेदितिध्यानश्रवणंचमंत्रक
लं ध्यायन्विरेचयेदितिस्विरेवध्यानविशिष्टरेचनविधानात्ध्यायेदितिविधिश्रवणमत्यंतमनर्थकस्यात् तस्मादेयंश्रुत्यै
यंसर्वत्रप्रधानभूतविधिप्रत्ययसामथ्यानेतुमशक्यत्वात् ध्यायेदितिन्यायध्यानंसविषयाभावानाविधीयते तच्चध्या
नंनचितसंततिमात्रंकिंतुकुंभकसहितंपूर्वोत्तरग्रंथैकवाक्यतावलात् तथाहि नपूरकेदृढंध्यानंसंभवति पूरयेदित्यनेन
पूरकसमाप्तिरुक्तासर्वेषांसमाप्तानांसमाप्तिः शब्दार्थइतिन्यायात् तथायात् तथाततोन्निंध्यायेदित्यनेनपूरक
समाप्त्यनंतरमेवध्यानंहितंनापिरेचकेदृढंसंभवतिध्यायेत्पश्चाद्विरेचयेदिति पूर्वंध्यायेनध्यानस्यपश्चात्त्वनंतरमेवरेच रामः
कविधानात् तस्माद्रेचकात्पूर्वंपूरकात्प्राक्ध्यानंतरमितिपूर्वोत्तरपरामर्शाद्वाक्यप्रमाणबलेनध्यायेदित्यनेनकुंभकात्म ५२

निरोधस्तिष्ठध्यानमेवफलसाधनंविधीयते इत्येवमभिप्रेत्यवाक्यार्थः अस्तःकुंभकरहितयोरेवपूर्वेकरेचयोः नाडीशुद्धिसामर्थ्यमस्ती
त्युक्तमुक्तं कालिकापुराणेनाडीशुद्धिप्रकरणे सौम्येनाकर्षयेद्वायुंनाभाउत्कृष्यधारयेत् विधायशक्तितोभूयआग्नेयेकिंचि
दुच्छसेत् एवंसंशोधयेद्वायुंपादांगुष्टादिसंस्थितं सदासर्वगताद्वायोनाडीशाधनमिष्यतइति तथाग्नेयेपिवह्निग्रंथेषुनाडीशुद्धि
प्रकरणेस्पष्टएवकुंभउपरिष्टादितिग्रंथांतरसंवादबलेनपूर्वोत्तरग्रंथैकवाक्यतयाकुंभकसहितध्यानमेवात्रविधीयतइत्येवयुक्तं
नचैवंवाक्यानेरेचकांगभूतदेवतादिध्यानलाभस्ततोन्मिमित्यादेस्तुपूर्ववद्ध्यायेदित्यनेननिरर्थकतापत्तेरिति
वाच्यं ध्यायन्विरेचयेदितिसाकांक्षपदानुरोधेनभग्नेः सुषुम्णाधिष्ठातृत्वस्यपिंगलयाश्चसूर्यधिष्ठानस्यचसर्वयोगशास्त्रेषुप्रसिद्ध
त्वात्सूर्यपदमग्न्याधाहारणीयं ततश्चाग्निरूपंलोहितंसूर्यंध्यायन्विरेचयेदितिवाक्यार्थः संपद्यते अतएवसूर्यस्याग्निरूपध्या
नविवक्षयैववर्त्मनाऽऽकाशवर्त्मनइतिनाडयालेशतोजातवेदसइतियोगसारेनकुलीशयोगपरायणेच्योः सूर्यएवाग्निपदस्यप्रयु
क्तत्वात् यथाचाग्नितत्त्विदोयोवैवह्निः सवैसूर्योयः सूर्यः सकृत्ताशनः एतावेककरोद्दृष्टौसूक्ष्मभेदेनभेदिनौ एवंचमंदंपिंगल
यापुनरित्यत्रपुनः परमपिसफलं पुनर्ध्यायन्नित्येवमन्वयसामंजस्यात् अन्यथापूर्वस्यैकानंतर्यस्यानुक्तत्वात् पुनरेचये
दितिपुनःशब्दानन्वयः स्यात् इदमत्रालोचनीयं नासाग्रेत्राशभर्हिवमितिनासाग्रइतिपदंभ्रूमध्यंलक्षयतिभ्रूमध्यस्थ
चंद्राधिष्ठानत्वेनसर्वयोगशास्त्रेषुप्रसिद्धत्वात् अतस्तद्ध्यानस्यनेत्रयोरुचितत्वात् पूर्ववद्ध्यायेदित्यत्रद्वादशमात्रापरिमित
कालस्येवपरामर्शोनत्वमस्यदेहमध्यइतित्वधारणीयंकुंभकेनत्रैववायोर्द्धारणात् ततश्चायमर्थः स्ववर्तीरषधारोद्धं
बीजयुतंचंद्रमंडलंभ्रूमध्येनेत्राभ्यामधेनेत्राभ्यामालोक्यामृतमीक्षितंवायुद्वादशमात्रकंधारयेत् ततोदेहमध्येबीजयुतं
स्फुरज्ज्वालावलीकलितंत्रिकोणमग्निमंडलंध्यायन् द्वादशमात्रकंवायुंसुषुम्णायांधारयेत् ततोहृदिनाभौवाबह्निरूपंसूर्यध्या

यन्नदरशमात्रकंवर्धयेत्पिंगलमाविरेचयेदिति पुनश्चानादिपूर्वकंपिंगलयाहर्यदरिनोरुध्योदयाविरेचयेत् योगभास्करे इड
याधारयेद्दृढंधारयेत्सुषुम्णया रेचयेत्पिंगलानाडयाप्राणायामक्रमःस्मृतः एवंच यावन्नाडीशुद्धिःसंस्रवकानिचिरा
निर्भवंतितावत्प्रातर्मध्याह्नसंध्याकालेषट्कृत्वआचरेत् ततःशुद्धनाडीगणोयोगीप्राणायामेसमर्थःस्यात् तदेतदुक्तंयाव
देतानिसंपश्येत्तावदेवंसमाचरेदिति स्कंदपुराणे शुद्धिमितियदासर्वेनाडीचक्रंमलाकुलं तदैवजायतेयोगीसम्यः प्राणनि
बंधने दृढासनोयथासुखंप्राणंचंद्रेणपूरयेत् रेचयेत्सूर्येणनासायामेनमुंचते स्वशक्तियथाधारोधंध्यायंश्चंद्रमसंलिति
नासायामेनयोगींद्रःसुखमाप्नोतितत्क्षणात् रविणाप्राणमाकृष्यपूरयेदुदरंशनैः कुंभयित्वाशनैःपश्चाद्योगीश्चंद्रेणरेचये
त् जलज्वलनंपुनाभंशीतलंचंद्रमंशुंहरिं अनेनयोगमायामेनयोगींद्रःसुखभाग्भवेत् इत्यंभ्यासत्रयाभ्यासाच्छुभयाम
सवनात् शुद्धनाडीगणोयोगीसिद्धप्राणोभिधीयते यद्येष्टधारणंवायोरनलेसंप्रदीपनं नादाभिव्यक्तिरारोग्यंभवेन्नाडी
विशोधनादिति हठयोगेपि प्राणंचेद्दिडयापिबेन्नियमितोभूयोन्यथारेचयेत्पीत्वापिंगलयासमीरणमथोवध्वंयजेद्धीमया
सूर्याचंद्रमसोरनेनविधिनाविंवदूर्ध्वंध्यायतांशुद्धानाडिगणाभवंतियमिनांमासत्रयादूर्ध्वतः यदानाडीविशुद्धिःस्यात्तदा
चिंतानिराकृता कायस्यकृशताकांतिस्तदाजायेतनिश्चितं प्रातर्मध्यंदिनेसायमर्धरात्रेचकुंभकान् शनैरशीतिपर्यंतंचतु
र्वारंसमभ्यसेत् कनीयसिभवेत्स्वेदः कंपोभवतिमध्यमे उत्तिष्ठत्युत्तमेप्राणरोधपद्मासनस्थितः जलेनश्रमजातेनगात्र
मर्दनमाचरेत् दृढतालद्वयेनापितेनगात्रस्यजायते श्रांत्यंतरे प्राणायामान्तरः षष्टिकुर्यादेवंमहर्षमुखे चत्वारिंशच्चम
ध्यानेसंध्यायांविंशतिर्भवेत् अहोरात्रेविंशतिः स्यादेवंप्राणविनिग्रहइति दत्तात्रेयः तस्मिन्नभ्यासमासीर्ण्यात्सनंनिस्तरंग ८३ः
कं तत्रोपविश्यपेधावीपद्मासनसमन्वितः ऋजुकायःप्रांजलिश्चप्रणमेदिष्टदेवतां ततोदक्षिणहस्तस्यांगुष्ठेनैवपिंगलां ५३

निरुध्यपूरयेद्वायुमिडयातुशनैः यथाशक्तानिरोधेनततःकुर्याच्चकुंभकम् ततस्त्यजेत्पिंगलयाशनैरेवनवेगतः पुनः पिंगलयापू
र्यपूरयेदुदरंशनैः धारयित्वायथाशक्तिरेचयेदिडयाशनैः यथात्यजेन्नयापूर्यधारयेदनिरोधतः एवंप्रातः प्रकुर्वीतत्रिवा
रंतिकुंभकान् कुंभकंसहितंनामसर्वनिग्रहवर्जितं एवंमध्याह्नसमयेकुर्याद्विंशतिकुंभकान् ततःसायंप्रकुर्वीततथाविं
शतिकुंभकान् एवमेवार्द्धरात्रेपिपुनर्विंशतिकुंभकान् कुर्याद्रेचकपूराभ्यांसहितंप्रतिवासरं सहितोरेचकपूराभ्यांत
स्मात्सहितकुंभकः कुर्यादेवंचतुर्वारंमनालस्योदिनेदिने एवंमासत्रयंकुर्यान्नाडीशुद्धिस्ततोभवेत् यदानाडीविशुद्धिःस्या
त्तदाचिह्नानियोगिनःजायंतेतानिरेवैतन्मेनिगदतःशृणु शरीरलघुतादीप्तिर्जठराग्निविवर्द्धनं कृशत्वंचशरीरस्यतदा
जाये तंनिश्चितमिति योगभास्करे भास्त्रीकारंभ्रमुग्मेनसस्त्रमाकृष्यदक्षिणेनोदराधिकसिताभ्रभउरुकेरश्चजलान्नयोः नाडीशु
द्धेमुनिप्रोक्तउपायाएवमादयः यथोक्तभोजनंवायोर्बंधश्चेवेतिमेमतिः याज्ञवल्क्यः नप्राणेनाप्यपानेनवेगेर्वायुंस
मुत्सृजेत् येनसस्कारस्तोश्वस्तासयोगेनचलयेत् शनैर्नासापुटेवायुमुत्सृजेन्नतुवेगतः नकंपशरीरंतुसयोगीपर
मोमतइति स्कंदपुराणे अथवाभ्यासनेयस्मिन्सुखमस्योपजायते सस्तिकारौतदध्यस्ययोगंपुंसुंजीतयोगवित् ऊरु
स्थोत्तानचरणःसव्येभस्योत्तरंकरं उत्तानंकिंचेदुत्तानभवक्त्रंविष्टभ्यचोरसा निमीलितासःसत्वस्थोदंतैर्दंतानसंस्पृश
न् नातुस्थाचलजिह्वश्चसंवृतास्यःसुनिश्चलः सुनियम्येंद्रियग्रामंनातिनीचोन्नितासनः मध्यमंचोलमंचाथप्राणा
यामसुपक्रमेत् त्रयाणामपिलघुमध्यमोत्तमानांलक्षंवस्पते क्रमेणसेव्यमानोसौनयतेयत्रचेछति प्राणापानेनयु
क्तेनसर्वव्याधिक्षयोभवेत् अयुक्ताभ्यासयोगेनसर्वव्याधिसमुद्भवः हिक्काश्वासश्चकासश्चशिरः कर्णाक्षिवेदनाः
भवंतिविधारोगाः पवनस्यविपर्यक्रमात् युक्तंयुक्तंत्यजेद्वायुंयुक्तंयुक्तंचपूरयेत् युक्तंयुक्तंचबध्नीयादित्थंसिध्यति

योगवित् हृत्वान्निरुद्धः प्राणोयंध्रुवोमध्यकूपेपुनिःसरेत् रेहंविदारयेत्सेमकुष्टादिजनयत्यपि तत्प्राप्तायितव्योसौक्रमेणाराण्य
हस्तिवत् वन्योगजोगजारिर्वाक्रमेणमरुतामियात् करोतिशास्त्रनिर्देशंनचतंपरिलंघयेत् तथाप्राणोहृदिस्थो
यंयोगिनाक्रमयोगतः गृहीतःसेव्यमानस्तुविघ्नंभमुपगछति यावद्देहेस्थितःप्राणोजीवितंतावदुच्यते निर्गतेत
त्रमरणंततःप्राणं निरोधयेत् यावद्भ्रूमरुद्देहे यावद्भ्रूनोनिराश्रयं यावद्दृष्टिर्भ्रुवोर्मध्येतावत्कालभयंकुतः
कालसाध्यसतोन्नसाप्राणायामपरःसदा योगिनःसिद्धिमापन्नाःसम्यक्प्राणनियंत्रणरिति नाविष्टे त्रसन्तिति चिरं
कालंकथंजीवंतियोगिनः एनंमेसंशयंछिंधिसर्वज्ञसविरंवरं वसिष्ठउवाच प्राणानांस्पंदनात्स्पंदः तछांतौतेहशमाः
यतस्थिताधारणायांतन्मनस्थितियोगिनः सवाह्याभ्यंतरस्पंदश्चित्तजोदान्तजोथवा नयत्सविद्यतेतत्सहूरस्छोविछतिश्चयो
सवाह्याभ्यंतरेशांतेस्पंदेवनचेतसोः धातवोसंक्षितिंदेहेनत्यजंतिकदाचन असम्यक्रतिर्प्रेणेनाडयोयांतिविसंक्षितिं
असम्यक्संक्षितेभ्येयथावर्णाश्रमक्रमइति मारकंडेयपुराणे श्रृणुक्षत्रमहीपालप्राणायामस्यलक्षणंयुंजतश्चस्मरो
योगंयाहुर्मिहितमासनं पद्ममर्द्धासनंवापितथास्वस्तिकमासनं आस्थाययोगीयुंजीतहृत्वाचप्रणवंहरि समःसमास
नोभूत्वासंहृत्यचरणावुभो संहृतामस्तथैवोरुसम्यग्विष्टभ्यचाग्रतः पाणिभ्यांलिंगमृषणावस्रजन्यमतस्थितः किंचिदुन्ना
मितशिरादंतैर्दंतानसंस्पृशन् संपश्यन्नासिकाग्रंस्वंदिशश्चानवलोकयन् इत्थंयोगीयताहारः प्राणायामपरायणः जि
तानितांश्चनेर्भूमिमारुहेतयथाग्रहं रोधानव्याधितथामोहमक्रांताभूमिरेवच विवर्द्धमतिनारोहेत्तस्माद्भूमिमनि
र्जितांउपायश्चात्रकथितोयोगिभिःपरमर्षिभिः येनव्याधारयोरोगोनजायंतेहियोगिनः यथातोयार्थिनस्तोयं रामः
यंत्रनाल्यादिभिःनरैः अपिवेयुस्तथावायुंपिवेद्योगीजितश्रमः मरुतंसेव्यमानास्तुसिंहशार्दूलकुंजराः यथायांति ५४

घाप्राणोवशेभवतियोगिनः विश्वासनंयथेष्टतोनागंनयतिहस्तिपः तथैवयोगीस्वंदेहंप्राणंनयतिसाधितं यथाहिसाधि
तःसिंहोभ्रमान्हंतिनमानवान् तद्वन्निरुद्धःपवनःकिल्बिषंनन्नर्णंतनुं तस्माद्यत्नः सदायोगीप्राणायामपरोभवेरिति
याज्ञवल्क्यः तस्मात्त्वंचवरारोहेनित्यंकर्मसमाचर संध्याकालेमुषानित्यंप्राणसंयमनंकुरु प्राणार्यमपराःसर्वेप्राणा
यामपरायणः प्राणायामविमुद्यंतेयांतिपरमांगतिं प्राणायामोदहेन्नाभ्यन्तारकंनरकादिषु संसारार्णवमग्नानां
तारकःप्राणसंयमइति अथप्राणायामनिरूपणं तत्रभगवान्पतंजलिः तस्मिन्श्वासप्रश्वासयोर्गतिविछेदः प्राणायाम
इति तत्रभाष्यकृतः सत्यासनेबाह्यस्यवायोराचमनंश्वासः कोष्ठस्यवायोर्निःसारणंप्रश्वासः तयोर्गतिविछेदउभयाभा
वः प्राणायामइति अत्रवार्त्तिकारम्भा रेचकपूरककुंभकेष्वस्तिश्वासप्रश्वासयोर्गतिविछेदइतिप्राणायामसामान्य
लक्षणमेतत् तथाहियत्रबाह्योवायुराकांक्षाभांतद्दार्यतेपूरकेतत्रास्तिश्वासप्रश्वासयोर्गतिविछेदइति यत्रापिकोष्ठो
वायुर्विरेच्यतेबहियेतरेचकेतत्रास्तिश्वासप्रश्वासयोर्गतिविछेदः एवंकुंभकेष्वुभयाभावइति भोजदेवस्तुतस्मिन्ना
सनस्थैर्यसतितन्निमित्तकप्राणायामलक्षणोयोगांगविशेषोनुष्ठेयोभवति कीदृशः श्वासप्रश्वासयोस्निधारेचन
पूरणाक्षेपद्वारेणबाह्याभ्यंतरेमुख्यनासाग्रेहृदयेनाभौचगतेः प्रवाहस्यविछेदोधारणंप्राणायामइत्युच्यते स्कं
दपुराणे षट्पिंडागुलंहंसःप्रायातंकुरुतेबहिः सव्यापसव्यमार्गेणतेनप्राणोभिधीयते प्राणोदेहगतोवायुरायामस्त
न्निबंधनमिति आदित्यपुराणे अंतश्चराणांवायूनांबाह्याभ्यंतरारोधनं प्राणायामइतिप्रोक्तोद्विविधःसचकथ्यते द्वि
विधःसगर्भोविगर्भश्चेति याज्ञवल्क्यः प्राणापानसमायोगःप्राणायामइतीरितः प्राणायामस्त्रिधाप्रोक्तःपूरकुंभ
करेचकैः पूरकलक्षणं बाह्यापूरणंवायोर्हृदयेपूरकोहिसः कालिकापुराणे पूरकःपूरणाप्रोक्तः देवलः निश्वासो

ध्मानंपूरणमिति स्कंदपुराणे हृन्निधोवायुनाहेहेहृतिवत्परिपूरयेत् परिपूर्णस्तथातिष्टेत्पूरणात्पूरकस्मृतः याज्ञवल्क्यः वायु
स्तिष्ठतेनासपुटेनवापुभाकृष्यतेनैवशनैःसमंतात् नाडीश्चसर्वाःपरिपूरयेद्यःसपूरकोनाममहानिरोधः देवलः तेनैव
वर्त्मनातस्कोष्टस्यांतःप्रवेशनं पूरणात्पूरकःप्रोक्तइति तेननामसुखब्रह्मरंध्रलक्षणेन वायुसंहिताया नासिका
पुटमंगुल्यापीडयैकमपरेणतु वायेनमरुतारेहंहृतिवत्परिपूरयेत् नासापुटेनापरेणपूरणात्पूरकस्मृतः कुंभकलक्ष
णं याज्ञवल्क्यः संपूर्यकुंभवद्वायोर्धारणंकुंभकोभवेत् स्कंदपुराणे नमुंचतिनगृह्णातिवायुमंतर्बहिस्थितं आपूर्य
कुंभवतिष्टेद्बलः सतुकुंभकःयोगियाज्ञवल्क्यः नरेचकोनैवचपूरकोयंनासाग्रवर्तिश्लिष्टएववायुः सुनिश्चलंधार
यतेऽनेनकुंभात्वमेतत्प्रवदंतितद्विदः रेचकंपूरकंमुक्त्वायत्सुखंवायुधारणं प्राणायामोयमित्युक्तःसवैकेवलकुंभ
कः आरेआपूर्ययत्कुर्यात्सवैसहितकुंभकः येचान्येकुंभकविशेषास्तेवक्ष्यते रेचकलक्षणं याज्ञवल्क्यः बहिर्यद्रेचनंवा
योरुद्घाद्रेचकःस्मृतः तिथा निःक्रमनासाविवनादशेषंप्राणंबहिःस्रूत्यमिवानिलेन निरुद्धुसंतिचोर्ध्ववायुः सरे
चकोनाममहानिरोधः कालिकापुराणे भानुदैवतयद्धुंचेद्वायुंसर्वांगसंयुतं आहृतिप्राणवाद्येनयत्तद्रेचकसंज्ञि
तं स्कंदपुराणे नासापुटमंगुल्यानुपीडयित्वापरेणतु उदराद्रेचयेद्वायुंरेचनाद्रेचकस्मृतः देवलः अजस्रनिःश्वासोरे
चकः अजस्रोखंडोनिःश्वासोनिःसारणं यद्वायोर्ब्रह्मरंध्रेणनासास्येनवाहः निःसारणमोर्यस्मरेचनात्सारेचकः
जैगीषव्ययोगशास्त्रे रेचकश्छर्दनाद्वायोः कोष्ठस्यपरिकीर्त्तितः लघुमध्यमोत्तमभेदेनप्राणायामस्त्रेविधंकथ्यते
नारदीयपुराणे मात्राभेदैःकृतेस्तुमः कनीयान्मध्यमोज्ञेष्टः प्राणायामः प्रकीर्तितः एकद्वित्रीगुणोविप्रमात्राभेदेन
संस्थितः मार्कंडेयपुराणे लघुर्द्वादशमात्रस्तुद्विगुणःसतुमध्यमः त्रिगुणाभिस्तुमात्राभिरुत्तमोयउदाहृतः प्रथमेनज

स्वेत्वेदंमध्यमेनचवेपथुः विमादस्थितीयेनजयेद्योगाननुक्रमात् नंदिपुराणे कनीयसस्तुमात्राभिःस्तितोद्वादशभिर्यमः मध्यमोदि
गुणाभिस्तुमात्राभिः परिकीर्त्तितः त्रिगुणाभिः स्मृतोज्ञेष्टोज्ञेष्टस्तेसमानयेत् देवलः पुनरेकद्वित्रिभिर्हृतैर्मदुमंदस्तीव्रो
भवति स्कंदपुराणे कनीयात्सकृदुद्घातायतोद्वादशमात्रकः मध्यमस्तुद्विरुद्घातषट्त्रिंशन्मात्रकः स्मृतः स्वेदकंपाभिधा
तानंजनकश्चोत्तमोमतः एभिस्त्रिभेस्त्रिभिर्युक्तःसिद्धःप्राणोत्रयोगिना वायुसंहितायां कनस्यारिक्तमवशात्प्राणापाननिरोधनं
नक्षत्रुर्द्वीपरिष्टंस्यान्मात्रागुणविभागः कनसःसद्विरुद्घातःस्याद्द्वादशमात्रकः मध्यमस्तुद्विरुद्घातश्चतुर्विंशतिमात्रकः उत्त
रस्तुत्रिरुद्घातः षट्त्रिंशन्मात्रकस्मृतः स्वेदकंपारिजनकः प्राणायामस्तुउत्तरः आनंदोभ्रूरोमांचनेत्रोद्घाटनंगमोटनं
जल्पभ्रमणमूर्च्छाद्यंजायतेचात्रयोगिनः लिंगपुराणे प्राणायामस्यमानंमात्राद्वादशकस्मृतं नीचोद्वादशमात्रस्तुसद्वि
रुद्घातईरितः मध्यमस्तुद्विरुद्घातचतुर्विंशतिमात्रकः मुख्यस्तुषट्त्रिरुद्घातः षट्त्रिंशन्मात्रउच्यते प्रस्वेदकंपनोत्थान
जनकश्चश्रमाद्भवेत् आनंदोजायतेचात्रनिद्राद्युर्मस्तथैवच रोमांचोश्रुनिसंवित्तिरंगमोटनंकंपनं भ्रमणस्वेदजल्पाद्यसं
विभूर्च्छाजयेद्यदा तदोत्तमोत्तमःप्रोक्तःप्राणायामःसुशोभनः घर्मोद्भिन्नोदोलनं ध्वनिसंवित्तिरंतरनादाभिव्यक्तिः वायि
ष्योगप्रस्वेदंजनयेद्यस्तुप्राणायामेषुसोधमःमध्यमः कंपनात्तोक्तउत्तानाद्योत्तमोभवेत् मात्रालक्षणंतु यथान्नस्यवै
वर्त्तं निमेषोन्मेषश्चामात्राद्विर्बलिश्चरंतथा नंदीपुराणे त्रुटितंलघुभिर्वर्णैर्मात्राद्वादशभिःस्मृतेति स्कंदपुराणे जा
नुमध्यक्षिणीहस्तेनविलिखितं कणेनिछोटिकार्यवत्तन्मात्रेतिवर्णायतइति दत्तात्रेयः अंगुलीमोक्षितास्त्रेजानोश्च
परिमार्जगत् प्रदद्याछोटिकामेकांमात्रासंख्यायतेतथेति तथा द्वादशछोद्यः कनीयान्द्विगुणोमध्यमःस्मृतः त्रिगुणोत्त
ममात्रास्यान्मात्राभेदैःप्रकीर्त्तितः यज्ञवल्क्यः अंगुलीमोक्षत्रितयंजानूपरिमार्जनंचापि तालत्रयमपितज्ज्ञामात्रासंज्ञा

मशक्तिमशक्तोदेहंवत्सयानांवादृष्टक्षेमप्रश्नापिवा घंटाभास्तनितंवापिअतिमात्राग्रदाहतो देशकालानुसारेणसदासेव्याः शनैरिति उद्घातलक्षणंवयथाशास्त्रांतरे प्राणेनोत्सार्यमाणेनअपानःपीड्यतेभरा गत्वाचोर्ध्वंनिवर्त्ततएतदुद्घातलक्षणं अथपूरककुंभकरेचकेषुध्यानजपविशेषः प्रदर्श्यते आसः नाभिपद्मस्थितंध्यायेत्पूरकेणतु नीलोत्पलाभंहृत्पद्मेकुंभकेनजनार्दनं ललाटस्थेशिवंश्वेतंरेचकेनविचिंतयेत् शुद्धस्फटिकसंकाशंनिर्मलंपापनाशनं बृहस्पतिः रक्तंप्रजापतिंध्यायेद्विस्मुंनीलोत्पलप्रभं ग्रंकरंत्रंवरंश्वेतंध्यायन्मुच्येतबंधनात् याज्ञवल्क्यः कुंभकेनहृदिस्थानंध्यायेत्तुकमलासनं ब्रह्माणंरक्तगौरांगंचतुर्वक्त्रंपितामहं नीलोत्पलदलश्यामंनाभिमध्यप्रतिष्ठितं चतुर्भुजंमहात्मानंपूरकेणविचिंतयेत् रेचकेनेश्वरंविद्यात्ललाटस्थंमहेश्वरं शुद्धस्फटिकसंकाशंनिर्मलंपापनाशनं पूरकेविष्णुमायुज्यंकुंभकेब्रह्मणोंतिकं रेचकेनतृतीयेनप्राप्नुयादैश्वरंपदं यद्यनिरोधसंयोगादेवतात्रयचिंतनं अग्नेर्वायोरपांयोगात्तदाशुध्येत त्रैत्रिभिः निरोधाज्जायतेवायुर्वायोरग्निश्चजायते अग्नेरापोभिजायंतेततोंतः शोध्यतेत्रिभिः प्राणायामइतिप्रोक्तः पूरकुंभकरेचकैः वर्णत्रयात्मकास्तेपूरकुंभकरेचकाः सएषप्रणवप्रोक्तः प्राणायामस्तन्मयः दृढभावायुमारोप्यपूरयित्वोदरंस्थितः शनैःशनैरुसमात्राभिः रकारंतत्रसंस्मरन् धारयेत्पूरितंश्वासंतुर्यस्थानुमात्रया उकारमूर्त्तिमत्रापिसंस्मरन्प्रणवंजपेत् यावद्वाशक्यतेतावद्धारणंजपसंयुतं पूरितंधारयेत्पश्चात्प्राणंवायुसमन्वितं शनैःपिंगलयागार्गिद्वान्निःश्वासमात्रयापुनः मकारमूर्तिमत्रापिसंस्मरन्सुसमाहितः प्राणायामोभवेदेषपुनश्चैवंसमभ्यसेत् प्रस्वेदजनकोयस्तुप्राणायामेषुसोधमः कंपनान्मध्यमः प्रोक्तउत्थानाच्चोत्तमः स्मृतः पूर्वंपूर्वंप्रकुर्वीतयावदुत्तमसंभवः संभवत्युत्तमेगार्गिप्राणायामेसुखीभवेत् प्राणोजयतिनेनेदंध्यानंस्तनोधिकं देहश्चातिष्ठतेनेहतासनपरिग्रहः नि

ष्पालोच्छ्वासकौतस्मनविद्यतेकदाचन देहेयद्यपिहोस्यातांस्वाभाविकगुणावुभौ तथापिनरपतस्तोचप्राणायामोत्तमोमतः तयोर्नाशेसमर्थः स्यात्कुंभकेवलकुंभकं सहितंकेवलंनाथकुंभकंनित्यमभ्यसेत् यावत्केवलसिद्धिःस्यात्तावत्सहितमभ्यसेत् केवलेकुंभकेसिद्धेरेचपूरणवर्जितेः नतस्यदुर्लभंकिंचित्रिषुलोकेषुविद्यते मनोजवत्वंलभतेपलितादिक्षयंनरपति मुक्तेरयंमहामार्गोमकाराख्योत्तरात्मकः नाडीशोत्साहयेत्तेषुकुंभकः प्राणसंयमः प्राणसंयमनंनामदेहप्राणस्यधारणं एषप्राणजयोपायः सर्वरोगविनाशकः हठयोगे कुंभकात्कुंडलीबोधः कुंडलीबोधतोभवेत् अनर्गलः सुषुम्णांतोहृत्सिद्धिश्चजायते वायुसंहिता यो रेचकादित्रयमिदंनरतंतनविलंबितं उद्घातकमयोगेनमन्यसेयोगसाधनं रेचकादित्रयाभ्यासोनाडीशोधनपूर्वकं खेछोक्रमणपर्यंतंप्रोक्तोयोगानुमार्गणे सद्विधःप्राणायामः सगर्भविगर्भभेदात् तथाहि नारदीयपुराणे सगर्भयोगमाहिष्टेरगर्भंवातुयंत्रितः नंदीपुराणे प्राणायामोस्मृतस्तस्यादोषमुक्तिरुच्यते अगर्भविगर्भश्चद्विविधःसंप्रकीर्त्तितः अस्मप्राणाख्यस्यवायोर्मथनमिवमथनंप्राणायामोनवनीतात्मज्ञानस्थानीयत्वात् तयोर्लक्षणंयथालिंगपुराणे सगर्भोगर्भइत्युक्तः प्राणायामः शनाधिकः जपोमनसाप्रसंख्यानं नंदिपुराणे जाप्येनतुजपंकुर्यादविलंबितमद्रुतं मनसैवप्रसंख्यानंप्राणायामविधौसदा जाप्येनप्रणवगायत्र्यादिमंत्रेण स्कंदपुराणे ध्येयंयदक्षरंश्रेष्ठंवर्णाद्वर्णंपदात्पदं शब्दार्थचिंतनाभ्यासःसउक्तोमानसोजपः नंदिपुराणे मात्रांशदेवताध्यानात्सज्जालःपरिकीर्त्तितः मंत्राक्षरविभेदेनप्रज्ञातःपरिकीर्त्तितः मंत्रओंकारइत्युक्तः सर्वमंत्रविनिश्चरः सर्वदैवतसंदोहआधारःसर्वयोगिनां यस्योदरे मंत्रजातंसर्वमेवप्रतिष्ठितं सएवयोगिनांयोगश्चिंतामणिसमोहिसः सतुमात्रात्रययुतोअनुमात्रेतिताःस्मृताः अस्मिन्मात्रात्रयेसंभावाभावंप्रतिष्ठितं ब्रह्मविष्णुमहेशानंक्रमान्मात्रात्रयंस्मृतं स्कंदोमात्रंकरश्चोक्ताभूर्भुवःस्वश्चकीर्त्तिताः मात्रा

ध्रुमांशनिर्वलक्योगनाडीसमाश्रयात् प्रशांतउक्तः शास्त्रेषुसर्वभावविनिर्गतः एतेभेदाःसगर्भस्यदृसगर्भस्यप्राणायामस्यत्रयोभेदाःप्रदर्शिते सधूमकःसज्वालःप्रशांतइति तत्रमात्राश्रयध्यानात्सधूमकः मात्रारूपाणांप्रणवावयवानांतेषांध्यानात्सज्वालः मंत्रावचनःप्रशांतः मंत्रस्यावचनंमनस्यालोचनंतेनाविहोपुक्तः अनेनार्थोमंत्रवाच्यार्थध्यानरहितोपीत्यर्थोभवति कलामात्रामात्राधूमांशोत्यादिमात्रातदर्थध्यानरहितःप्रशांतः अत्रांशाशब्देनमात्रावाचिदेवताग्रहणे मात्राधूमदेवताज्वालारूपनिर्गतवत्कृत्वासमाश्रयात् योगनाडीसमाश्रयाच्चप्रशांतइति योगनाडीसुषुम्णा तत्रैवंप्रणवगर्भः प्राणायामोदर्शितः मार्कंडेयपुराणे ॐमित्येकाक्षरंब्रह्मध्यायन्मामनुचिंतयेत् इत्येतदक्षरंब्रह्मपरमोंकारसंज्ञितं प्रणवोधनुःशरश्चात्मामात्राब्रह्मणोलक्ष्यमुच्यतेइति अग्निसंतनवेदुक्तंमंत्रावचनमत्रयोभवे याज्ञवल्क्यः सिद्धांतानांचैवसर्वेषांवेदवेदांतयोस्तथा अनेकेषामपिशास्त्राणांनिष्ठा ॐकारउच्यते प्रणवाद्याःश्रुतावेदाःप्रणवेपर्यवस्थिताः वाङ्मयंप्रणवेसर्वंतस्मात्प्रणवमभ्यसेत् तथाप्रणवेनसंयुक्ताव्याहृतिभिश्चसंयुता गायत्रीबीजजपेतिसप्तः प्राणसंयमनेद्विजः अनेनगायत्रीगर्भःप्राणायामोदर्शितः अस्यलक्षणमाहमनुः सव्याहृतिंप्रणवांगायत्रींशिरसासह त्रिरप्येवायतःप्राणः प्राणायामः सउच्यते व्याहृतयोभूराद्याः सप्तसंख्याताः सप्तव्याहृतयःप्रोक्ताः प्राणायामेतुनित्यशः भूर्भुवःस्वर्महर्जनस्तपःसत्यंतथैववचेनियोगीयाज्ञवल्क्यवचनात् शिरश्चात्र ॐआपोज्योतिरित्यादिर्यजुर्वेदोमंत्रः तथाचव्यासः ॐआपोज्योतिरित्येषमभूरादिषुनवस्वपि प्रणवयोगमाह योगियाज्ञवल्क्यः भूर्भुवःस्वर्महर्जनस्तपः सत्यंतथैवच प्रत्येकंप्रणवसमायुक्तातत्सत्सवितुःपरं ॐआपोज्योतिरित्येतच्छिरःपश्चात्प्रयोजयेत् त्रिरावर्त्तनयोगाद्धिप्राणायामस्तुशाब्दितइति ॐकारोप्यत्रमंत्रादेरुपलक्ष्यः तथाचयमः ॐकारपूर्विकाःसप्तजपेतुव्याहृतीस्तथा शिरसासहगायत्रीप्राणायामः परंतपः जपेदित्यत्रमनसेतिदृष्टव्यं तथाचसंवर्तः प्रणवेनतुसंयुक्ताःव्याहृतीःसप्तनित्यशः सावित्रीशिरसासार्द्धंमनसात्रिःपठेद्द्विजः याज्ञवल्क्यः ब्राह्मणःश्रुतिसंपन्नःस्वधर्मनिरतःसदा सवैदिकंजपेन्मंत्रंलौकिकंनकदाचन केचिद्भूतहितथामनुमिच्छंतिवैदिकं द्विजवत्क्षत्रियस्योक्तः प्राणसंयमनेजपः वैश्यानांधर्मयुक्तानांस्त्रीशूद्राणांतपस्विनां प्राणसंयमनेगायत्रीमंत्रंप्रणववर्जितं नमोंतंशिवमंत्रंवावेदमंत्रंवावेद्यतेबुधैः यद्वासमभ्यसेच्छूद्रोलौकिकंविधिपूर्वकं नवैदिकंजपेच्छूद्रः स्त्रियश्चनकदाचनेतितदेवंसगर्भागर्भभेदोनिरूपितः स्कंदपुराणे रेचकःशुष्मकश्चैवपूरकः कुंभकस्तथा प्राणागमनसोभ्यासःप्राणायामश्चतुर्विधः तत्ररेचितारेमोलक्षिताः केचिद्दृश्यंतेच शुष्मकलक्षणंकालिकापुराणे ततःसर्वंनिराभासंमध्येत्मानंविचिंतयेत् बाह्यस्तंरोधयेद्वायुंशुष्मंकंतंविनिर्दिशेत् ततइतिभानुरेवत्याथानाड्याव्याहृतिप्रणवाद्येनरेचकंकुर्वतेति जैगीषव्ययोगशास्त्रे आयासेःपंचभिःस्विन्नोरेचकाद्यैर्यथाक्रमंरेचकःपूरकःपूरकःकुंभउत्कर्षोह्यपकर्षकः स्विन्नोयोगीसिद्धिमाप्नोतिसंबंधः पद्मपुराणे प्राणःप्राणमयोवायुर्वायुरात्मानिगद्यते तस्यायामःसमुद्दिष्टःषट्प्रकारःसुयोक्तृभिः वायोरपिनिरोधेनपुनःसमभिधीयते षट्प्रकारंत्वरेचकपूरकौद्वौ सहितःकेवलश्चेति कुंभकौद्वौ द्वावुत्कर्षापकर्षकौ केवलःकुंभःसप्तविधोज्ञेयोरेचितादिप्रभेदतः रेचितःपूरितःशांतःप्रत्याहारोन्नरोधरः समश्चेतिविनिर्दिष्टः कुंभकःसप्तभेदतः तथारेचितादेःसप्तविधस्यापिलक्षणंचाह रेचितस्यबहिस्तंभोवायोरेचितकुंभकः पूरितस्योदरेरोधःप्रोक्तःपूरितकुंभकः कायस्यांतर्बहिर्मारुतिर्यासस्याच्छांतकुंभकः स्वाभाविकयोरंतरेरोधःप्रत्याहाराख्यकुंभकः आपूर्यपूर्यकायभागूर्द्धरोधोहृदादिषु उत्तरःकुंभकःस्यादधोमूर्द्धतोधरः रेचनापूरणेत्यत्कालमनसामहतोर्यतिः यानाभ्यादिप्रदेशेषुसमःकुंभःप्रकीर्तितः कायस्येति

रेचकपूरकौविहायशरीरस्यांतर्बहिश्चमनसावायोर्धारणाद्वास्तिपर्थः स्थानयोरित्यत्रवीप्सा दृष्ट्वा पादतलगुल्फनाभिहृदुरः कंठघंटिकाभ्रूमध्यललाटब्रह्मरंध्राणिस्थानानिएतेमुख्यानेषुद्वयोर्द्वयोरंतरेमध्येवायोर्धारणंप्रत्याहाराख्यंकुंभकः हृदादिस्थानेषुमूर्द्धांतोहृदयपर्यंतं रेचनापूरणेहतिस्थानभेदात्समाप्तांतयोर्भेदः रेचकश्चतुर्विधप्राणायामलक्षणंमाह भगवान्पतंजलिः बाह्याभ्यंतरस्तंभवृत्तिर्देशकालसंख्याभिः परिदृष्टोदीर्घसूक्ष्मः बाह्याभ्यंतरविषयापेक्षीचतुर्थवृति अस्यार्थः बाह्यवृत्तिः श्वासोरेचकः अंतर्वृत्तिः श्वासः पूरकः अंतस्तंभवृत्तिः कुंभकः रेचनंपूरणंविहायसकृद्वहिर्धारकप्रयत्नावरुद्देत स्मिन्जलमिवनिश्चलतयाप्राणोवस्थाप्यतइतिकुंभकः सयथाघातप्रमथमुपलेजलंसर्वतः परिशुष्यत्संकोचमापद्यते तथाशरीरेसूक्ष्मः स्तंभवृतइतिस्तंभवृत्तिः त्रिविधोयंप्राणायामोदेशेनकालेनसंख्ययाचोपलक्षितोदीर्घसूक्ष्मसंज्ञोभवति देशेनासाद्दृश्यांतरादौ कालेनसंख्ययोपलक्षितः यथामदूर्द्विनाम्नादिप्रमाणकः संख्ययाचोपलक्षितएतावद्वारकृतः एतावद्भिःश्वासप्रश्वासैः प्रथमउद्घातोभवतीयेतद्वानायसंख्योपग्रहणमुपात्तं उद्घातश्चनाभिमूलेरितस्यवायोःशिरसभिहननं सचलघ्वंगरिष्वसपक्षमासादिक्रमेणाभ्यस्तोदीर्घदेशकालव्यपितयेवदीर्घोलक्ष्यतयाच सूक्ष्मोदीर्घसूक्ष्मशब्दाभिधेयोभवति द्वितीयार्थस्तु बाह्योविषयोद्वास्त्रांतादिः अभ्यंतरोविषयोहृदयनाभिचक्रादिः तौद्वौ विषयावक्षिप्यपर्यालोच्यः स्तंभरूपोगतिविच्छेदः सचतुर्थःप्राणायामइति तृतीयस्मात्कुंभकादयमस्यविशेषोबाह्याभ्यंतरविषयेपर्य्यालोच्यैवसहसातप्तोपलपतितजलवद्भृशंगपस्तंभवृत्यानिःपाद्यते अयंबलालोचनसापेक्षंबहुप्रयत्नपूर्वमभ्यस्यमानस्तांताम्रवस्थामापन्नस्ततएवस्थाविजयानुक्रमेणभवतीति चतुर्विधस्यापिप्राणायामस्यफलमाह भगवान्पातंजलिः ततःक्षीयतेप्रकाशावरणंधारणासुयोग्यतामनसश्चेति ततस्मात्प्राणायामात्प्रकाशस्यचित्तसत्वगतस्यसर्वज्ञरूपस्ययदावरणंरजोरूपंक्षी

यतेविनश्यतितथाचमनसोधारणासुचस्वप्राणलक्षणासुयोग्यताभवतिप्राणायामैः क्षीणदोषंमनोयदाधार्यतेतदातस्यशक्तिरीभवतीतिसूत्रार्थः स्कंदपुराणे क्षीयतेकर्मबंधश्चसद्भिर्लभ्यतेचहृदंतथा दाहतोवानलोलभ्योवापुनात्मातथाभ्ययः प्राणायामोस्यमथनंतस्यादोमुक्तिरुच्यते तथासमस्तेंद्रियवृत्तिश्चप्राणोवायुःप्रकीर्तितः तज्जयादिंद्रियाण्येवनिर्जितानिभवंतिहि वृतिरितिमतोर्थस्यारभेदःपरिकीर्तितः तस्माद्वृत्तिजयादेववृत्तिमान्निर्जितोभवेत् ज्ञानवैराग्ययोक्ताभ्यांप्राणायानकथाहतान् इंद्रियाश्वान्निनिर्जित्यसर्वमेवजितंभवेत् इंद्रियाण्येवतत्सर्वंयत्स्वर्गनरकावुभौ निगृहीतविशिष्टानिस्वर्गायनमेरकायच शरीररथमित्याहुरिंद्रियाण्यस्यवाजिनः सारथिःपुरुषः प्रोक्तः प्राणायामः कथास्मृतः ज्ञानवैराग्यरश्मिभ्यामायम्यविधृतंमनः शनैर्निश्चलतामेतिप्राणायामकथास्तं हठयोगे सूर्यभेदनमुज्जायीतथाशीत्कारशीतली भस्त्रिकाभ्रमरीमूर्छासहितंचाष्टकुंभकाः तत्रसहितलक्षणंपूर्वमेवोक्तं भ्रमरी वेगोद्घोषं पूरकेभृंगनादंभृंगीनादंरेचकेभ्रमरं योगीद्राणांनित्यमभ्यासयोगोन्निनेजाताकाचिदानंदलीला मूर्छापूरकांतेगाढतरंबंधोजालंधरः शनैःरेचयेन्मूर्छनाख्योयंमनोमूर्छास्करप्रदा सीत्कां कुर्यात्तथावक्त्रेणप्राणेनैवविसर्जयेत् एवमभ्यासयोगोनकामेरेवद्वितीयकः योगिनीचक्रसंसेव्यस्सृष्टिसंहारकारकः न सुधानत्वधानिद्रानंद्रालस्यंनजायते भवेत्स्वछंदरेरक्षसर्वोपद्रववर्जितः अनेनविधिनायस्तु योगीद्रोभ्रमिमंडले रसनातालुयोगेनयः प्राणंसततंपिबेत् अर्द्धरात्रेनभवेत्तस्यसर्वरोगपरिक्षयः योगबीजे सूर्यभेदनं आसनेसुखदेशे योगीवद्वन्नासनस्ततः दक्षनाड्यासमाहृत्यबहिस्तंपवनंशनैः आकेशाग्रंनखाग्रंचशिरोध्वावधिकुंभकं ततः शनैः सव्यनाड्यारेचयेत्पवनंसुधीः कपालशोधनंवातरोगप्लीहोदरहृत् पुनःपुनरिदंकुर्यात्सूर्यभेदनमुत्तमं उज्जायी मुखंसंयम्यनाडीभ्यामाकृष्यपवनंपुनः यथालगतिहृत्कंठाद्वृदयावधिसस्वनः पूर्ववत्कुंभयेत्प्राणंरेचयेद्दि

स्यातत: श्लेष्मरोगस्तंकंठेरोहानलविवर्द्धनंनाडीजलंधरंभातुग्मसरोविनाशनं गछतस्तिष्ठत: कार्यमुज्जाय्याख्यंचकुंभकं भस्त्रिका
ऊर्वोरुपरिसंस्थाप्यउभेपादतलेतथा पद्मासनंभवेत्सम्यक्सर्वपापप्रणाशनं सम्यक्पद्मासनंबध्वासमग्रीवोदर: सुधी: सु
संयम्यमंथयेन्नप्राणंप्राणेनरेचयेत् मध्यालगतिहृत्कंठेकपालावधिपूरयेत् वेगेनपूरयेत्सम्यक्हृत्सग्रावक्षिमाहृतं पुनर्वि
रेचयेनहृत्पूरयित्वापुन:पुन: यथैवलोहकाराणांभस्त्रावेगेनचाल्यते तथैवस्वशरीरंस्थंचाल्यतेपवनोधिया यथाग्रमोभ
वेद्देहेनघावेगेनपूरयेत् यथोरंभवेत्पूर्णंपवनेनतथालघु धारयेन्नासिकांमध्यनर्जनिर्भविनाद्दृढं कुंभकंपूर्ववत्कृत्वारेच
येदिडयातत: वातपित्तश्लेष्महरंशरीराग्निविवर्द्धनंकुंडलीबोधनंकुर्यात्पापध्वंसुखरंशुभं ब्रह्मनाडीमुखेसंस्थंकपाटार्गल
नाशनं सम्यग्गात्रसमुद्भूतग्रंथित्रविभेदनं विशेषेणैवकर्त्तव्यंभस्त्राख्यंकुंभकंत्विदं शीतली जिह्वायावायुमाकृष्यपूर्ववं
कुंभकादनु शनैस्त्यक्त्वाप्राणंप्राभ्यांरेचयेन्निलंसुधी: गुल्मप्लीहोदरंनाशिवातंपित्तंकफांस्तथा विधाणिशीतलीनामकुं
भकोविनिहंतिच्चा पाशुबल्क्य: किंच प्राणमथोपायंतवक्ष्यामितत्तत: बाह्यप्राणंसमाकृष्यपूरयित्वोदरंस्थित: नाभिम
ध्येचनासाग्रेधारणंगार्गिवायोर्विजयकारणं सर्वरोगविनाश: स्यान्नाभिमध्येचधारणात् शरीरंलघुतांयातिपारंगुष्टेचधार
णात् रसनांवायुमोष्ठाभ्यांपिबेत्सततंनर: श्रमदाहौतस्यनस्तोनश्यंतीव्याधयस्तथा संध्ययोर्वैसकालेवावायुमाकृष्यय:पि
बेत् त्रिमासात्तस्यकल्याणिजयतेवाक्सरस्वती षण्मासाभ्यासयोगेनमहारोगै: प्रमुच्यते आत्मध्यात्मानमारोप्यकुंडलि
नींतुपाययेत् क्षयरोगादयस्तस्यनश्यंतीत्यपरेविदु: जिह्वयावायुमानीयजिह्वामूलेनिरोधयेत् य:पिबेदमृतंविद्वान्सकलंब
दमश्नुते आत्मध्यात्मानमिडयासमानीयांतरेभ्रुवो: पिबेद्यस्त्विदृशाहारंव्याधिभि:सोपिमुच्यते नाडीभ्यांवायुमारोप्य
नाभौवातुंदपार्श्वयो: घटिकांवाप्यथेच्छया यस्त्वयाधिभि:सोपिमुच्यते मासमेकंतुसंध्याभ्यांजिह्वयारोप्यमारुतं पिबेद्यस्त्विदृशा

हारंधारयेत्तुरमध्यमे गुल्माष्टीलाप्लीहाद्यामेत्रिरोगजनितास्तथा तुंदप्रभृतयोरोगा: सर्वेनश्यंतिकिल्बिषा: ज्वरा: सर्वेविनश्यंति
विषाणिविविधान्यिचबहूनोक्तेनकिंगार्गिपलितादिचनश्यति त्रिपुरासारसमुच्चये राजदंतमुगुल्लारिमस्थानसंनिधायरसनां
तरंतिके काकचंचुपुटामाहृतंपिबेत्प्राणसंयमनमेतदुत्तमं हिकाचंचुसमीरणंशनैर्धयत: सपरिहृष्यसमंतत: श्रमदाहगरो
दरप्रमन्नरगुल्मा: प्रशमंप्रयांतिहि उभयोरपिसंध्ययोर्मुहूर्तापिकथातुंयतस्त्रिमासमात्रं खरसंहिकाचंचुगंधवाहंभुविसा
रसंततसिद्धितुल्यमस्यात् विषमुरुपरमुरुग्रवीर्यभाजांप्रविनाशंसमुपैतियत्नगानां किमुहृश्चिककीटलूतिकानांमिहिका
कोलमुखानिलस्यपानात् हिकाचंचुसमीरणंनर: पिबतीहानिशमेववीततंद्रु: भवतिप्रबलेबलस्ववर्षीकृवणंरश्मिन
पतीवहूनात् बकुधाकथितैर्मुनि: किमेभिर्हिकाचंचाकुलसमीरणस्यपानात् जरयासहनाशमाप्नुयात्प्रबलंमृत्यु
कृतंभयंनराणां जिह्वांकृत्वानाकुलस्तालुमूलेरंतैर्तान्गाढमापीडयित्वा मंदंमंदंय: पिबेद्धवाहंसोधे: पूरै: साकमे
त: स्ववश्यि: यश्चिर्भासैरनरोगैरसेशैमै: पापापातोमुच्यतेसाधकेंद्र: अष्टौरेकांहिल्लसांमत्कृतौनिर्द्धाभ्रमौरीर्धका
लंसजीवेत् वर्षंत्रयाभ्यासवशारतीतमनागतंवेत्तिपलितीलकेश: विषंनरेरेक्रमतेतरीयरेष्टेपिघोरैरपिपन्नगेंद्रै: नक्रु त्रि
मंस्यावरंजंगमंवाविषंकिमप्येरपिकालकूटै: गुणाष्टकंकालवशाद्रुपेत्यमहीतलेक्रीडतिभैरवोवा यामुद्राधारंदंडांतरकुरंग
नाहारगोरसैर्भोधारांनभोंभोरुहरविधो: संस्रवंतीवहंती तस्यावज्रात्मनाडयाम: खगमुररहरीमध्यगंयोविरभातस्त्रहो
उभंउभयमधनंस्याद्धनंमसुमतो: मूर्छागतोहरतिरोगसमूहमद्धावद्रु: करोतिगगनेगमनंनराणां वातोमतोवितनुते
मरतांसमस्तमभासत: सुरुभमेवसमीरणस्य शास्त्रांतरेशिववाक्यं रसस्यमनसश्चैवचंचलत्वंसमासत: रसोवद्धोमनो
वद्धु: किंनसिध्यतिभरतलेमूर्छितोहरतेव्याधिंहरतोजीवयतिस्वयं वद्धु: विचरतांधरतेमनोवायुश्चभैरपि केचिन्मुएतानेवप्रा

णामाप्तोगिनांप्रमाराज्ञानविविधरोगेषुचिकित्सांवेत्तोपवर्णयंति तरसंगतंनआधार्तरुति नचआकुलचेतनरति नचिंता
र्यरुति नाचरेरेहवाधार्योदोर्मनस्कारिसंभवस्त्यारिचरुवाक्षेपरोगरज्ञार्योगाभ्यासस्यनिविघ्नत्वादर्शितंचविस्तरेणपूर्व
मेव अनुभवविरुद्धत्वाच्च यच्चरोगनाशात्मकफलश्रवणंतनुसर्वांगसाधारणंतद्विप्राणायाममात्रस्य तथाहि सर्वजं
तुपुष्टयेआंवीजनत्वरूपेणसर्वेरोगाआधयोजराद्याश्चमेरोगास्तिष्ठंतितेकेचिदासनैः केचित्प्राणायामैः केचित्प्रत्या
हारैः केचिद्धारणादिभिर्नश्यंतीतिसर्वयोगशास्त्रेषुसुस्पष्टमेवोपलभ्यते दर्शितंचास्माभिरपिपूर्वतत्तत्प्रकारणैरेवाज्ञात
माधिरोगादिसर्वविघ्नानांनिवारकंपरमेश्वराराधनमेवेतिनश्यते अन्येचप्राणजयोपायाः प्रसंगात्ग्रथमपरिच्छेदएवनिरू
पिता अपानादिजयेविशेषोयोगसारे रेचकादिक्रमाज्जेयोऽपानछार्दनेनियोगतः रेचकाभ्यासबाहुल्येनेत्यर्थः कालिकापुराणे
अपानंकटिदेशेतुदृष्टभागेविनिर्दिशेत् तरतानेवसंधार्यएवायुजयक्रमः समानस्थानसंरोधरूपंतांशनकैरियात् अत्रापिरेचक
पूरकाभ्यांस्थाननिरोधस्यविकल्पनात् तथा नाभौप्रपूरयेद्वायुंधारणांवाप्यधारयेत् समानंजयतेतत्तः प्रज्वालान्यरिपश्यति
कंपमानस्ततोयोगीजलेस्थेरपरिप्लुतः मोक्षयेद्दोषकूपेस्थतमेवव्यापकंमुनि योगसारे नासाकर्षणयोगेनहृदयादिक्रमाद्
यं उत्क्रम्यमाणोवशवंरुद्धाद्रुद्धाप्रयात्यलं मर्द्धूभारतलंयावद्गत्वागत्यविभागतः उक्तस्थानानुयोगेनयातिशीघ्रंसवश्यं
तां प्रथमंनासाग्रे संस्थाप्यहृत्कंठतालुभ्रूमध्यमर्द्धूमिकक्रमात् रुद्धरुद्धोद्धमाणइतिगत्वागत्यक्रियाइतिरेचकपूरक
कुंभकविधयइत्यर्थः कालिकापुराणे मर्द्धान्तिंतेनचाकर्षन्कुर्वन्नुच्चारणंस्वनं धारयन्जीयतेनरमुहानंवायुरेवतं या
नजयोयोगसारे स्वस्थेत्रेकुंभकाभ्यासात्संकोचप्रभवेत्ततः क्रमात् हृत्तगद्यानियोगेनजेयोभानइतीरितः स्वस्थेत्रंस्वशरीरं का
लिकापुराणे पूरकःकुंभकश्चैवरेचकश्चनिगद्यते तेजसाचिंतयेत्तत्रंस्वं योगीध्यानंजयेत्क्रमात् तत्रप्राणादिवायुजयोपा

यविशेषाः पूर्वोक्तिस्थानवर्णबीजायतनसंधानसहितानएवानुष्ठेयानविरोपेणारब्धिदृश्यं अथयुगपत्सप्तमरुद्वायुजयोपायाः लक्ष्मीयोगप
रामर्शे वर्णबीजादिसमेतानस्तस्थानाद्दूरंगतं एकीकृतमनयन्नासवन्निःचयुगपन्नयेत् एकीकृतहृदयकमलेविन्यसेद्वर्णबन्धसहितं
सकलवायुगोलकंमनसाविचिंयतत्तत्तत्रस्थंप्रयत्नेनबलात्तस्थानादिक्रमेणनीत्वान्नासरंध्रादबलात्तस्थानोद्वेधनेनधारांपुष्टाग्रं
यावद्रावर्तनारभ्यासात्क्रमपन्नये दित्यर्थः योगसारे प्राणप्रतिमपानेनसंयोज्योत्क्रम्यतंहरि ध्यानमानीयमनसैवमुद्रानेनसहैक
तां नीत्वानेमुरोमध्येकंठतलेमुखे नासाग्रनेत्रभ्रूमध्यललाटेतलमूर्द्धनं कृत्वाकुर्मीततःसर्वंत्रलब्धस्तावथापिवा दृक्कृतः स
र्वदायूतांज्ञानकेर्मुक्तपन्नये समानोष्णाद्युक्तोनिलभतेतत्स्थमतिबंधनात् कालिकापुराणे वायुंनीत्वाचनाभौतुआनेय
ल्लिंचिदुत्सृजेत् ज्ञप्तेत्सर्वानलेवदावत्तभ्यासतोमुनिः तथा धृत्वायद्वारयेद्वायुंधारणानुक्रमेणतु यत्नेनयोगवित्तस्यदृजुस्तंद्रा
विवर्जितः एवमभ्यासयोगेनसूक्ष्मंज्योतिःप्रपद्यति अष्टांगुष्ठायतंमूलपार्ष्णिगुल्फोरुजानुषु पायूपस्थेतथावस्तौनाभिहृ
त्कंठवक्त्रेषु जिह्वाघ्राणाक्षिकेसंधौसप्तमंमूर्द्धनिसंस्थितं चिंतयेत्तत्रमंधार्यस्यान्मुनिस्तेनतन्मयः यज्ञवल्क्यगीतायां यो
गिनस्त्वपरेसत्रवरंतिसमन्वेतसः प्राणायामपरापूतारेचपूरकवर्जिताः दक्षिणेनतुगुल्फोनसीवनींपीडयेद्धिरां अधस्ता
दंडयोःसक्थ्नांसन्योपनिवेशयेत् जंघोर्वोरंतरंगार्ष्णिनिष्ठिद्वंबंधयेद्दृढं समग्रीवशिरःस्कंधःसमःपृष्ठःसमोदरः नेत्राभ्यां
दक्षिणंगुल्फंलोकयन्नुपरिस्थितं धारयेन्मनसासार्द्धमाहरन्प्राणवायुना आसनेनेत्रमध्यास्तेद्विजोरहसिनित्यशः भुंजि
यश्चवरारोहे आहरन्प्राणवायुना आसनेनत्रमध्यास्तेरहस्येवजितेंद्रियः वैखपाःपद्मशःस्त्रियश्चान्येयोगाभ्यासरतानराः
स्त्रीवंवावैष्णवंवापिव्याहरन्नत्रमंत्रवच आसनेनत्रमध्यास्तेरोपंहंतेवलोकयन् आयुर्विघातकृत्प्राणस्तत्रेनान्यिकुलं
गतः ऊर्ध्वमधजनयोयावन्नाभ्यधीरेवमभ्यसेत् धारणंकुर्वतस्तस्यशक्तिस्थानेप्रभंजनं देहस्यलघुतांयातांयातिभव

ताग्नेश्वरीपदं दृष्टिचिरं स्थितस्तस्मिन्मनसारोप्यमारुतं मंत्रमुच्चारयन्हृदयेनाभिमध्येनिरोधयेत् यावन्मनोलयमत्यस्मिन्नाभौ सवितृमंडलेतावत्समभ्यसेद्योगीनियतोनियतासनः एतेननाभिमध्यस्थधारणेनैवमारुतः कुंडलीयातिवह्निश्चदहत्यत्र नसंशयः संतप्तावह्निनातत्रवायुनाचालितास्वयं प्रसार्यफणभद्भोगंप्रबोधंयातिसातदा प्रबुद्धेसंचरत्यस्मिन्नाभिमध्येचचक्रिणि ब्रह्मरंध्रेसुषुम्णायांप्रयातिप्राणसंज्ञकः संप्राप्तेमारुतेतस्मिन्सुषुम्णायांवरानने मंत्रमुच्चार्यमनसाहृन्मध्येधारयेत्सुधीः हरयालंकूपेचभ्रूवोर्मध्येचधारयेत् तस्मादारोप्यमनसामरुत्प्राणमनश्चधीः धारयेद्योग्नि विप्रेंद्रेआहरन्प्रणवाक्षरं वायुनापूरितेयोग्निसंगोपांगेकलेवरे तदात्माराजतेतस्यपथायोग्निविकर्तनः शरीरं विसिसरसुश्रेतरेवंसम्यगाचरेत् एकाक्षरंपरंब्रह्मध्यायन्प्रणवमीश्वरं संनियमनसामरुद्ब्रह्मरंध्रंसमायुना प्राणमु न्मोचयेत्पश्चान्महाप्राणेस्वमध्यमे देहानीतेजगत्प्राणेभूमेनिसफलेवपरे आकाशेपरमानंदेस्वात्मानंयोजयेत्सुधीः ब्रह्मे वासौभवेद्योगिनपुनर्जन्मभाग्भवेत् तथागार्गिउवाच भगवन्सर्वशास्त्रज्ञसर्वभूतहितेरत योयंमोक्षाययोगीद्रभ वताभाषितस्तंवै यमाद्यष्टांगसहितोयोगिहृद्विस्तरः तदेवहिस्मृतंसर्वंसर्वज्ञतनसंनिधौ योगंमेपरिब्रूपाय सांगंसंक्षेपरूपतः त्रातुमर्हसिसर्वज्ञजन्मसंसारसागरात् इतुक्तोब्रह्मवादिन्याब्रह्मविद्ब्रह्मणस्तदा आलोक्यरूपयारानांस्मितपूर्वमथाब्रवीत् उत्तिष्ठोत्तिष्ठकिंशेषेभद्रंभोगार्गिवरानने वक्ष्यामितेसमासेनयोगंसंप्रतितंशृणु या ज्ञवल्क्यउवाच सव्येनगुल्फेनगुदंनिपीड्यसव्येतरेणेवनिपीड्यसंधिं सव्येकरेस्वस्करंसरास्मिन्शिरोंसमालोक यपावकस्य आपुविर्धीतरुत्राणोनिरुद्धुल्लासनेनवै यातिगार्गिनिरायानालुलंबरेः शनैःशनैः वायुनाचालितो नरिरपानेनशनैःशनैः ततोन्वलतिमेर्वंधांसकूलेरेरमध्यमे प्रातःकालेप्रबोधेचनिशीथेचसमाहितेः मुहूर्तमभ्य

सेदेवंयावत्संचरिनहृयं ततःस्वात्मनिविप्रेंद्रेप्रत्यग्रश्चपृथक्पृथक् संभवंतितदातस्यनितोयस्यसमीरणः शरीरलघुतारीत्ति र्नरेजगद्वर्त्तिनः नादाभिव्यक्तिरित्येतच्चिह्नाद्यादौभवंतिहि अल्पमूत्रपुरीषंस्यात्स्वल्पनासेवत्सरेतथा आसनेवाहनेपश्चा न्नगंतसंत्रिवत्सरात् ततोनिलंवायुसखेनसाईंधियासमारोप्यनिरोधयेतं ध्यायन्सदाचक्रिणमप्रबुद्धंनाभौसदाकुंडलि नंनिविष्टं द्वारंसमावेष्टमुखेनमध्यमन्यान्यभोगेननिरोत्तथैव स्वपुछमास्येननिगृह्यसम्यक्पयश्चसंयग्यमरुद्गणानां प्र बुद्धनागेंद्रवदुच्छ्वसंतीसदाप्रबुद्धाप्रभयाज्वलंतीनाभौसदातिष्ठतिकुंडलीसातियंसुरेवेमुतथानरेषु वायुनावितनवह्नि स्वाभिः करंभ्यगतनाभिमुसंस्थां कुंडलीदहतियस्वहिरूपांसंस्मरन्नरवरस्तुसएव संतप्तावह्निनातत्रवायुनाचप्रचालिता प्रसार्यफणाभद्भोगंप्रबोधंयातिसातदा बोधंगतेचक्रिणिनाभिमध्येप्राणात्मुसंभूयकलेवरेस्मिन् चरंतिसर्वेसहवह्नि नैवयथापटेतंतुगतिस्तथैव भित्वैवचक्रिणस्थानंसराभ्यानपरायणैः ततोनमंदपानंतुनाभेरूर्ध्वमनुस्मरन् वायुर्प दावायुखेनसाईंनाभिंत्वतिक्रमगतः शरीरे तेगांप्रणश्यंतिबलाभिहृद्धिः कांतिस्तदानींभवतिप्रनष्टः ब्रह्मरंध्रमुखमात्र वायवः पावकेनसहयांतिखमध्ये केनचिद्धिहवक्त्रमितवाहंवास्पणाद्धरिसुरीन्नलिखायाः निरोधितःस्याद्धरितेनवा युमध्येयदावायुसखेनसार्द्धं सहस्रपत्रस्यमुखंप्रविश्यकुर्यात्पुनस्तूर्ध्वमुखंहिजेंद्रे प्रबुद्धहृदयाभोजेगार्गीतस्मिन्ब्रह्म णःपुरे बालार्कश्रेणीवद्द्योम्निविराजसमीरणः हृन्मध्यातुसुषुम्णायांसंस्थितोऽनभुक्तदा सजलांबुरमालासु विद्युल्लेखेववराजते प्रबुद्धहृत्पद्मसंस्थितेग्नौप्राणेचतस्मिन्विनिवेशितेच चिह्नानिवाह्यानितथांतराणिरीपरिदृश्या निभवंतितस्य वायुमुन्नमतस्तत्सवह्निमाहरन्प्रणवमंत्रसविंदुं बालचंद्रसदृशंतुललाटेबालचंद्रमवलोकयबुद्धा सवह्निवायुमारोप्यभ्रूवोर्मध्येधियातदा ध्यायेदनन्यधीः पश्चादंतरात्मानमात्मन्नि मध्यमेपिहृदयेचललाटेस्था

शुक्लज्वलतिलिंगमरत्नं अस्तिगार्गिपरमार्थमिदंत्वं पश्यपश्यपरमं सहविरूपं ललाटमध्येहरबोधमुनेयः पश्यतिज्ञानमयीप्रभां
तु शक्तिरीपदुज्ज्वलंतीसंपश्यतिब्रह्मनरेकरूपा मनोलयंयदायातिभ्रूमध्येयोगिनांनरणां जिह्वामूले मतस्तावोभ्रूम
ध्येचात्मदर्शनं कंपकंनंचतथाभ्रूर्द्विमनसेवात्मदर्शनं देवोद्यानानिरभ्राणिनक्षत्राणिचंद्रमाः ऋषयःसिद्धगंधर्वाः
प्रकाशंयांतियोगिनां भ्रूमोंतरेविष्णुपदेनिविष्टे मनोलयंयावदियात्प्रबुद्धे तावत्समभ्यस्यपुनःस्वमध्येतेजः सदासंस्मर
पूर्णरूपं क्षमीरणेविष्णुपदेनिविष्टेविष्णुरूपेतदचात्मनिष्टे आनंदमसभूतमक्षिसतंलंगार्गिपरमाधविष्णुरुद्रा एवं
समभ्यस्यदीर्घकालंयमादिभिर्युक्ततनुर्मिताशी आत्मानमासाद्यगुहांप्रविष्टेमुक्तिं व्रजत्रह्मपुरेपुनस्त्वभूतानियस्मा
त्प्रभवंतिसर्गे येनेदजीवंतिचराचराणिजातानियस्मिन्विलयंप्रयांतितद्ब्रह्मविद्धीतिवदंतिसर्वेहृत्पंकजेज्योतिरहंकरू
पंसत्यंसदानंदमयंसुरूपं तद्ब्रह्मविभावयतेगुहायामितिश्रुतेश्चाधिसमानयंति अणोरणीयान्महतोमहीयान्ना
त्मागुहायानिहितस्यजंतोः तमक्रतुंपश्यतिविष्णुरुद्रप्रसादतःप्राणकालेपिविहीनशोकः प्रभंजनंमूर्द्धिगतंसवह्निंधिया
समासाद्यगुरूपदेशात् मूर्द्धानमुद्भिद्यपुनःस्वमध्येप्राणंत्यजेत्प्रणवमनुस्मरत्वं दृढंधायस्थिरशरीरविसर्गज्ञातुमिछे
सिसदेवनवरुषे आहरत्प्रणवमुन्नतमर्भोभिरत्नंकुरुतेजात्मनिकाथां गीतायां सर्वद्वाराणिसंयम्यमनोहृदिनि
रुध्यच मूर्ध्न्याधायात्मनः प्राणमास्थितोयोगधारणां ओमित्येकाक्षरंब्रह्मव्याहरन्मामनुस्मरन् यःप्रयातित्यजंदेहंसयातिपरमां
गतिमिति श्रुतौच रातंचैकाचहृदयस्यनाड्यस्तासांमूर्द्धानमभिनिःसृतैका तयोर्ध्वमायन्नमृतत्वमेतिविष्वङ्ङ्
न्योभवंति जीवन्मुक्ततयाचिरकालंस्थातुमिछाचेच्छरीररक्षणीयंयोगिनातथाचरन्नात्रेयः जीवन्मुक्तः सदेहोहंविचरामि राजः
जगत्त्रयं इतिचेज्ज्ञायतेवांछायोगिनस्तन्निबोधमे शरीरंनत्यजेदेवकालकल्पापिकुत्रचित् अतःशरीररक्षार्थयत्नंकार्य ६०

स्तूयोगिना योगिनासततंयत्नादरिष्टानांविचारणा कर्तव्यायेनकालोसावज्ञातोननिहंतितं अरिष्टानितुवक्ष्यंते ज्ञात्वाका
लंचतंसम्यक्लयस्थानंसमाश्रितः युंजीतयोगंकालोत्ययथासौजायतेऽफलः नडुसिद्धासनोदेहंपूरयेत्प्राणवायुना कृत्वा
दंडिंचतुष्पादशद्वाराणिरोधयेत् बंधयेत्तेचरीमुद्रांग्रीवायांचजलंधरं अपानेमूलबंधंचउड्डियानंततोदरे उत्थाप्यभु
जंगीशक्तिंमूलाधारांबुजस्थितांसुषुम्णांतर्गतांपंचचक्राणांभेदिनीशिवां जीवंहराश्रयंनीत्वामंत्रीबुद्धिमनोयुतं सह
स्वस्वपद्मस्थशिवेलीनांसुधाप्लवे ततःस्रुवाकरोभूतमप्रतेतेनमूलतः सिंचंतीमकलंदेहंप्लावयंतीविचिंतयेत् तयासा
र्द्धंततोयोगीशिवेनैकात्मतांव्रजेत् परानंदमयोभूत्वाविकृतिमपिलंघजेत् ततोलघ्वमनाभासंमहाभावविवर्जितं सर्वांगक
ल्पनाहीनंकथंकालोनिहंतितं सएवकालःसन्नित्यः ससर्वत्रापिकिंचन कःकेनहन्यतेतत्रम्रियतेनापिकंचन ततोऽती
तेसमयेकालस्वभ्रांतिरूपिणः योगीसुप्तोत्थितइवप्रबोधेप्रतिबोधितः एवंसिधोभवेद्योगीजयित्वाविधानतः कालंक
लितसंसारंघोरूपेणाभुनेनहि ततश्चिभुवनेयोगीविचरत्येकएवसः पश्यन्संसारवैचित्र्यंस्वेछयानिरहंकृतिरिति अथ
प्राणादिवायुजयेचिह्नान्युपलक्षयेत् स्कंदपुराणे प्राणेतुनिर्जितेसम्यक्तच्चिह्नान्युपलक्षयेत् विण्मूत्रश्लेष्मरोधाणांस्व
ल्पभावःप्रजायते बह्वन्नभोजनसामर्थ्यंविरात्रेऽल्पसंततथा आरोग्यंशीघ्रगामित्वमुत्साहःस्वरसौष्ठवं बलंवर्णप्रसादश्चस
र्वदोषक्षयस्तथा एवमादिनिचिह्नानिसत्वस्थैर्यजायते वायुसंहितायां प्राणेतुनिर्जितेसम्यक्तच्चिह्नान्युपलक्षयेत् लघुतं
शीघ्रगामित्वमुत्साहःस्वरसौष्ठवं सर्वरोगक्षयश्चैववलंतेजःस्वरूपता धृतिर्मेधाप्रबलंचेच्छरीरावुपमर्थता दत्तात्रेयः ततो
भिकनराभासाबलमुत्पद्यतेभृशंयेनभूचराणांभयापहः आप्रोलुलायोवन्योवागवयोगजएवच सिंहोवायो
गिनातेनम्रियतेह्यल्पनाडनात् नडुशीशयोगपरायणे प्राणस्यनियमेस्यातांशीर्घश्वासमहत्तमो विण्मूत्रस्याल्पताभावोहृद्रो

शोपाननिर्जये तद्वुभुक्षाक्षपोवन्हेरौदार्यसंतिपारवं ऋतभक्षाचरोरश्वसमानस्यजयेमतः जयादुद्गानसोत्क्रांतिरुद्गतिश्चजलादि
तः आनस्यादिवलरुद्गशः शीतोष्णासंगतित्वचि समस्तफलमेवेतन्नांतरंबुगपद्गये रेचकाभ्यासतोरोधकल्पनानांचसंक्षयः ६
तिप्राणादिवायूनांरेचकारेःफलंस्मृतं कालिकापुराणेपिवायूत्सर्गेउक्तं एतैर्नियमैर्योगीमानस्तत्वमवाप्नुयात् सर्वज्ञोजा
यतेनूनंतेनजितेयोगिविन्मुनिः कामान्कामीत्वमाप्नोतिगुरुत्वंनायतेमहत् यदापानंजयेद्योगीमानल्पविण्मूत्रसंभवः पातालं
रोभवेत्प्राप्तिर्लीलयायोगिनोध्रुवं ततस्योरणंसाम्यंजगरेचविभावसोः बहुभोजीभवेन्नूनंभवेत्सत्वात्मकोमुनिः सत्वात्म
कान्नरैकत्वंतैरेकत्वाच्चतन्मयः शास्त्रेणछिद्यतेनैवनैवापःस्फरंतिहि आधयोयंविभंनैवक्रमतोयानशासनात् योगभा
स्करे यावदंतःस्फुरल्लोकावच्छिन्नंचलीयते तावदुत्पन्नयोगीस्यात्ततआरूढयोगवान् आरूढयोगश्चभवेद्दशाहारशावत्स
रात् तथानाडीशुद्धिनंतरमुक्तं एवमुत्पन्नयोगीस्याद्वृणुष्वारूढयोगिनं उत्पन्नयोगिनोदेहःपुष्टोपिकृशतांव्रजेत् आरू
ढयोगिनोदेहः क्षीणोपिस्थूलतांव्रजेत् उत्पन्नयोगिनश्चित्तंबलादेकत्रनीयते आरूढयोगिनश्चित्तेनकरात्क्वचिल्लंभवे
त् ० उत्पन्नयोगीनिर्विण्ण आरूढस्तूत्तमरासुरौ उत्पन्नयोगीमंदानिरारूढस्तूत्तमद्विजः भक्षिताभस्मजीर्यंतेफलपुष्पदला
न्यपि स्थानत्रयात्संप्राप्तेवायोसिद्धस्तृतीयति सिद्धस्त्रीणिचिन्हानिदाताभोक्ताप्यवंचकइतियोगबीजे गुरुप्रसादान्म
रुद्रेवसाधितस्तेनैवभासतेचैतन्यप्रतीतोमरुतोपिनाशः नवायरित्यान्नतुतत्स्पशास्त्रंना०तप्रतीतिर्नगुरुर्नमोक्षः ज
लोकारूपिरंयद्वद्बालाकरकर्मतिध्रुवं त्रसनाडीतथाधात्संततीभ्यासयोगतः अनेनाभ्यासयोगेननित्यमासनबंध
तः स्थितंविलीनतामेतिविंदुर्नीयात्मधस्तथा रेचकंपूरकंमक्त्वाबुनास्थियतेचिरं नानानाडीःप्रबंतेसंत्वेवंचेद्दमंरु रामः
लं नरपंतिक्षतिपासाद्यारोगाः सर्वेतथासति स्वरूपेसस्थिरानंदेस्थितिमाप्नोतिकेवलेइति मार्कंडेयपुराणे अलोम ६१

मारोगमनिष्टरत्वंगंधः शुभोमूत्रपुरीषमल्पं कांतिःप्रसादःस्वरसौम्यताचयोगःप्रवृत्तेःप्रथमंहिचिन्हं अनुरागंजनोयाति
परोक्षगुणकीर्तनं नवाध्यंतित्वसत्वानिसिद्धेर्लक्षणमुत्तमं शीतोष्णादिभिरत्यैर्यस्यबाधानविद्यते नभीतिर्मेतिचामे
भस्तस्यसिद्धिरुपस्थिता तथावैयोगयुक्तस्ययोगिनोनियतात्मनः सर्वेरोगाःप्रणश्यंतिसत्वेश्चैवोपजायते वीक्षतेच
परंब्रह्मप्राकृतांश्चगुणान्दृथक् ओमादिपरमाणुंश्चततआत्मानमात्मनि श्रृणोतिमुक्तिफलदंततस्तत्वचतुष्टयं
धत्तेःप्राप्तिःस्तथासंवित्प्रसादश्चमहीपते स्वरूपंपश्यतेचैतन्यंकैवल्यमानमनुत्तमात् कर्मणामिष्टदुष्टानांजायते
फलसंक्षयः चेतसोत्यंतसायत्ताद्यत्रसाध्यसिद्धयते ऐहिकामुष्मिकान्कामान्लोभमोहात्मकांश्चयान् निरु
द्धात्तेसरायोगीप्राप्तिःसासार्वकामिकी अतीतानागतानर्थान्विप्रकृष्टतिरोहितान् विजानातीदृशैर्यैर्श्वर्यै
णांज्ञानसंपदा तुल्यस्वभावतारोजन् योगीप्राप्नोतिचेद्यदा तदासंविरितीख्याताप्राणायामस्यसास्थितिः यांति
प्रसारंयेनास्यमनः पंचवायवः इंद्रियाणींद्रियार्थेभ्यस्तप्रसारइतीरितः वशिष्टः संभयोरुभयोर्नित्यंगायत्राप्रण
वेनवा प्राणसंयमनंकुर्याद्ब्राह्मणोवेदपारगः नित्यमेवंप्रकुर्वीतप्राणायामांस्त्रिषोडश अपिभ्रूणहनंमासात्सु
नंत्यहरणंहृताः कृतत्रयात्सुनंत्येवजन्मांतरकृतायदि वत्सरात्तु सविद्वांस्तात्तस्मात्तथानित्यमभ्यसेत् यो
गाभ्यासरताश्चैवंस्वधर्मनिरताश्चये प्राणसंयमनेनैवसर्वेमुक्ताभवंतिहि स्कंदपुराणे प्राणायामनिरूपणानंत
रमुक्तं त्रसत्वारीनितक्रोधोजितलोभोविमत्सरी अदंभिर्धसराभ्यासात् योगीयोगीनिगद्यते स्वात्मदीपिकायां
आसनंकुंभकंचित्रंमुद्रारंधकरणंतथा अथनादानुसंधानमभ्यासानुक्रमेणच त्रसत्वारीमिताहारीत्यागीयोगपरा
यणः अष्टादूर्ध्वंभवेत्सिद्धोनात्रकार्याविचारणा वपुःकृशत्वंवदनेप्रसन्नतानादस्फुरत्वंनयनेसुनिर्मले आरोगि

तानिदुर्जयोग्निरीपवनंनाडीविशुद्धिर्हंससिद्धिर्लक्षणं ईश्वरप्रोक्तो आरंभश्चघटश्चेवतथापरिचयोपिच निष्पत्तिः सर्वयोगेषु योगावस्थाभवंतिताः तथाहि यदानाडीविशुद्धिः स्याद्योगिनस्तत्वदर्शिनः तदाविध्नस्तथापस्यभवेदारंभसंभवः चिह्नं नियोगिनोरेहदृश्यंतेनाडिशुद्धितः कथ्यंतेमनभक्तायतानिसंक्षेपतोमया समकायः सुगंधिश्चसुकांतिःसरसाधरः प्रोढ वह्निःसुभोगावसुखीसर्वांगसुंदरः संपूर्णहृदयोयोगीसर्वोत्साहीबलान्वितः ततोयथेष्टशक्तिः स्याद्योगिनोवायु धारणे यथेष्टधारणाद्वायोःकुंभकःसिद्धतिध्रुवं केवलेकुंभकेसिद्धे किंनस्याद्दियोगिनः खेदः संजायतेहेयोगिनः प्रथमोधमः द्वितीयोजायतेकंपोदृढेरोमध्यमोमतः यदासंजायतेस्वेदोमहत्तंकारयेत्सुधं अन्यथाविग्रहेधातुर्न ष्टोभवतियोगिनः ततोऽधिकतराभ्यासाद्भमनेसाधुकाधिपः योगीपद्मासनस्थोपिभुवमुत्सृज्यवर्तते वायु सिद्धिस्तदाज्ञेयासंसारध्वांतनाशिनी तावत्कालंतुकुर्वीतयोगोक्तनियमग्रहं स्वल्पनिद्रापुरीषंचस्तोकंमूत्रंच जायते अरोगत्वंशरीरागत्वंयोगिनस्तत्वदर्शिनः खेलादलाभ्रमिश्चैवसर्वथैवनजायतेकफपित्तानिलाश्चैवसाधक स्यकलेवरे नस्मिन्कालेसाधकस्यभोज्येमुनियमग्रहः अस्तंवदुर्बाभुक्तायोगीनव्यथतेतदा तथाहस्मुपविष्टःसा धकः संयतेंद्रियः प्रणवंप्रजपेद्दीर्घविघ्नानांनाशहेतवे प्राणायामेनयोगींद्रः सर्वैश्वर्याष्टकानिच पापपुण्योदधिं नीत्वात्रिलोकेश्वरतांक्रमेत् अमृतसिद्धो वायुःसिद्ध्यदारंभसंज्ञितंजायतेतदा संवित्तेरुदयः सर्वोसंभवंतिचयो गिनो यदानुसिद्धतेरुद्धिस्तदासिद्धिरदूरतः सिद्धरूपोहियोवायुमध्यमापथसंगतः तदानंदमयंचित्तमेकरूपं नभोमयं यदानंदमयंचित्तंवाह्यज्ञेयाविवर्जितं भवदुःखानिसंहत्यसमाधिर्जायतेतदा यदासमाधिसंपन्नंस हजानंदसंभवं चित्तमेतत्तदासिद्धंसर्वदुःखभयापहं यत्करोतियदायदायोगीसर्वोभवतितत्क्षणात् योगिनः

सिद्धकायस्यजानीयाल्लक्षणंध्रुवं कामेभूचारिकंपश्चपरदेहप्रवेशनं दूरश्रवणंश्रवणंदूरात्तत्सिद्धवायुलक्षणं त्रयाणांचय दासिद्धिः स्यात्कायवायुचेतसां महासिद्धिस्तदाज्ञेयाजीवन्मुक्तिफलप्रदा जीवन्मुक्तिगतोयोगीमहामुक्तिपदंव्रजेत् से ह्यासमाधिसंपन्नोयोगींद्रोपिभवेत्तदा तदामहासमाधिश्चधर्ममेघसमाह्वयः तदानंदमयोयोगीसर्वज्ञःसर्वदर्शी नः अवश्यःसर्वभूतानांयोगींद्रोदोषवर्जितः तस्मात्सर्वमयोयोगीसर्वभूतमयोहिसः संतुष्टस्तारयेल्लोकान्कृ त्स्नःसर्वविनाशकः ज्ञातसिद्धिर्यदायोगीतदानेवभयंकरः एवंवर्षसहस्राणिलक्षाणिचशतानिच पर्वताग्रेगु हावासःसानंदःसिद्धयोगिनइति ईश्वरप्रोक्ते ततोभ्यासक्रमेणैवघटावस्थितिर्भवेत् येनस्यात्सकलासिद्धियोगि नःप्रेषिताध्रुवं वाक्सिद्धिः कामचारित्वंदूरदृष्टिस्तथैवच दूरश्रुतिः सूक्ष्मदृष्टिः परदेहप्रवेशनं विष्मूत्रलेपने सुवर्णमद्दस्करणंतथा भवतेतानिमहतांविचरत्वंचयोगिनां यदाभवेद्घटावस्थापवनाभ्यासिनोपरा तदासंसा रचक्रेस्मिंस्तन्नास्तियन्नसाधयेत् दृढासनोभवोद्योगीज्ञानादेवसमस्तथा आसनेसुदृढीभूतेवायुर्मध्येवि शत्यसौ किंचिद्वायुप्रवेशेनयोगिनोज्ञानसंभवः संजातेज्ञानसंभारेयोगीदेवसमोभवेत् रोगदुःखक्षुधानि द्राजराम्रमुविवर्जितः सृष्टिसंहारकर्त्तासौयोगीश्वरसमोभवेत् अस्तकुंभाख्यकुंभसिद्धिरत्रैवावेष्टितंसुखंप्रा णापानोनादबिंदूजीवात्मपरमात्मनो मिलित्वाघटतेयस्मात्तस्माद्घटउच्यते याममात्रंयदाधर्तुंसमर्थस्यादु तेंद्रियः प्रत्याहारस्तदैवस्यान्नांतराभवतिध्रुवं यद्यज्ञानातियोगींद्रस्तदात्मानंभावयेत् येरिंद्रियेर्विधानंतुत दिंद्रियजयोभवेत् याममात्रंयदाधूर्णंभवेदभ्यासयोगतः एकवारंप्रकुर्वीततदायोगीतुकुंभकं दंडाष्टकंयदा वायुयोगिनोनिश्चलोभवेत् स्वसामर्थ्यंततोगुह्यातिष्टेद्वारणवत्सुधीः ततःपरिचयावस्थायोगिनोभ्यासतोभ

वेत् यदा वायुरन्ध्रस्थैर्यात्क्रांतिष्टतिर्निश्चलः तदोपरिचितेवायुः सुषुम्णाव्योम्निसंचरेत् क्रियाशक्तिं गृहीत्वाचक्रान्भित्त्वा तुनिश्चिंतं तदापरिचयाच्छ्वभवेदभ्यासयोगतः त्रिकूटंकर्मणोयोगीतदापश्यतिनिश्चितं ततःस्वकर्मकूटानिप्रणवेनविनाशयेच्च योगीस्वकर्मभोगायकायव्यूहंसमाचरेत् अस्मिन्काले महायोगीपंचधाधारणंचरेत् येनभूचरसिद्धिःस्यात्तत्तभूतभयापहा आधारेघटिकाःपंचनाभिस्थानेतथैवच तदूर्ध्वेघटिकाःपंचनाभिभ्रमध्यगास्तथा भ्रूमध्येऽर्धतथा पंचघटिकाधारयेद्बुधः तथाभ्रूवारिनाशस्थेयोगिंद्रेनभवेत्खलु मेधावीपंचभूतानांधारणंयःसमभ्यसेत् शतन्नयुग तेनापिमरणंतस्यनविद्यते ततोभ्यासक्रमेणैवनिःपतिर्योगिनांभवेत् आनादिकर्मबीजानियेनछिन्नाभवंतंय दानिष्पतिसंपन्नःसमाधिःस्वेछयाभवेत् जीवन्मुक्तस्यमासात्तुभवेद्वीरस्ययोगिनः गृहीत्वाचेतनावायुंक्रियाशक्तिं चदेवान् सर्वांश्चक्रान्विभिद्याशुज्ञानशक्तौविलीयते त्रिकूटंकर्मणश्चारे - यमर्थः कानिचित्कर्माणिकेवल स्वर्गोपभोग्यानिकानिचित्सुनरकीभ्यानिकानिचिन्मर्त्यलोकेभोग्यानीतिदंकर्मणांत्रिकूटं तथो गार्थंस्वस्यैवार्थानुभवार्थंचयोगीकायव्यूहंसमाचरेत् तत्प्रक्रियामथापातंजलेसाक्षात्कृतंतत्स्वयोगिनोयुग पत्कर्मफलोपभोगायाणिमयैश्वर्यानुभवायचयुगपन्निर्मितेषुकायेषुचिंतानिर्मलकारणास्मितामात्रात्मभ वंति अग्नेरिवविस्फुलिंगाः तेषांचचित्तायांयोगाभ्यासकालीनमलभूतैकचित्तप्रयोज्यत्वात्तदनुसारिसंतेषांचज न्मादिसिद्धिप्रभवचित्तविलक्षणत्वेहेतुंकर्मवासनारहितंयोगिनश्चफलत्यागानुसंधानकृतत्वात्सकर्मं विलक्षणमशुक्लाकृष्णकर्मयोगिनश्चकर्मणश्चफलत्यागानुसंधानेनानुष्ठानात्फलानारंभसहजजन्मांतरितप्राचीन तत्तद्वासनाया अपितत्तच्छरीरग्रहणेअनुभूतस्मृत्यादिफलोत्पादनेआनंतर्यवासनानामनादित्वेपिकर्मणानुभ

रामः ६३

वराग्यविधाभूमत्वात् ज्ञानयोगाभ्यांचविद्यायारभ्यकल्पत्वेननिर्मलत्वात्कर्मणांक्लेशजनं नानुभोगेनैवकर्मक्षय श्चेत्तदाप्रायश्चित्तप्रतिपादकश्रुतिस्मृतीतिहासपुराणादिकमप्रमाणस्यादितिचेन् कर्मवैचित्र्यात् तथाहि संतीतिव त्सर्वप्राणिनाकर्माणिकानिचित् कृच्छ्रचांद्रायणादिरेवांतप्रायश्चित्तनाश्यानिकानिचित्सुनध्यानयोगादिनाश्या निकानिचित्तुभोगेकनाश्यानितथानिभोगेकनाश्यानितद्भोगार्थंयोगिनाकायव्यूहः कर्तव्यएव यन्न नाभुक्तं क्षीयतेकल्पकोटयादिवायंतभोगेकनाश्यप्रारब्धकर्मविषमं आर्हतप्रायश्चित्तानांप्राणिनांनभोगंविनाकर्मक्षीयते इत्येतद्विषमंवाक्यं अन्यथाप्रायश्चितप्रतिपादकानांश्रुतिस्मृतीतिहासपुराणानामप्रामाण्यंदुर्वारंस्यादिति दिक् एताश्चावास्याः तामसराजसमात्रिकाल्पमध्यमात्राधिमात्राधिकारिभेदेनबहुकालेनात्यका लेनवाभवंति तथाचामतसिद्धौ व्याधिताद्यैर्बलारब्धनिःसत्वाःगृहवासिनः मंदोत्साहामंदवीर्याज्ञानत्या मृदवोनराः द्वादशभिर्वर्षैरियमेकावस्थाप्रसिध्यति नीतिप्रौढाः समाभ्यासाःसमवीर्याःसमाशयाः मध्यस्था योगमार्गेयुतथामध्यमयोगोतः मध्योत्साहामध्यरागाज्ञानत्यामध्यविक्रमाः अष्टाभिस्तैर्वर्षैरियमेकावस्था प्रसिध्यति वीर्यवंतोरभावंतोत्तमावंतोमहाप्राणाः स्वस्थानेसंस्थिताः स्वस्थाभवेयुस्थिरवुद्धयः साक्षाद्भस दाभ्यासाःसर्वलक्षणभूषिताः सर्वज्ञसदृशाकारासर्वव्याधिविवर्जिताः वरयौवनसंपन्नानिर्विकारानरोत्तमाः निर्मलाश्चनिरातंकानिर्विघ्नाश्चनिराकुलाः जन्मांतरकृताभ्यासागोत्रवंतोमहाशयाः तारयंतिचसत्वानितरं तिस्वयमेवच अहिमात्रस्तरांस्तत्वाज्ज्ञातव्याःसर्वलक्षणाः त्रिभिःसंवत्सरैरियमवस्थेकाप्रसिध्यति अवस्थाभिश्च तिसृभिर्योगःसंपूर्णतांव्रजेत् योगशास्त्रे द्वादशांतवकंनिरुध्यमरुतंपीत्वादृढंधारितंनीत्वाकाशमयानवरि

सरितंतरात्मासमुच्चालितं आत्मध्यानमुतंत्रतेनविधिनाविश्वस्थमस्थिरंचित्तंयावत्तिष्ठतितावदेवमरुतांसंगेनसंभूयते नाभौ
संयमविनंपवनगतिमधः संनिरुद्धप्रयत्नाराकुंभापानमलंकुतवरसशिखंतंतुवत्सूक्ष्मरूपं तंन्नीत्वाहृत्सरोजेतदनुच्च
गलकेतालुनिन्नासरंध्रे भित्वाभ्रूस्थातिशून्यंप्रविशतिगगनंयत्रदेवोमहेशः वशिष्टे पुर्यष्टकापरात्मासजीवस्पप्राण
नाम्निकं विहिकुंडलिनीसंतरामोरस्येवमंजरी तंम्यराधूरकाभ्यासादापूर्यत्तीयतेसमं तरेतिभैरवंस्थैर्यकायस्प
पात्रनातथा यदापूरकपूर्णानरायतनप्राणमारुतं नीयतेसंविदेवोर्ध्वंसोदुंब्रमध्यमकुंभं सपीवत्वरितेवाहृयाति
हंसोपमांगता नाडीसर्वाः समादायरेहन्द्रालतोमयाः नरासमस्तमेवेदमाभावयतिरेकं नीरंप्रपवनापूर्णा
भस्त्रेवांबुगतंनरं रत्नाभ्यासविलासेनयोगेनयोमगामिता योगिनः प्राप्नुवंत्यत्रैरिनाडीद्वारामिवन्नसनाडीप्रवा
हेनशक्तिः कुंडलिनीयदा बहिरूर्ध्वकपाटस्पद्वारांगुलमूर्ध्वनि रेचकेनप्रयोगेननाडीत्रातनिरोधिनामुहूर्तात्ति
नमाप्नोतितदाव्योमगतिर्नृणं विज्ञानाद्वरसंस्थेनबुद्धिनेत्रेणराघव दृश्यंतेव्योमगाः सिद्धाः स्वप्नवत्तार्थदाअपिमु
त्वाद्वहिर्दृष्टांतेरेचकाभ्यासयुक्तितः प्राणेचिरंस्थितिंनीतेप्रविशत्यपरंपुरी सर्वथात्मनितिष्ठेत्रेस्त्कायोर्द्धगमागा
मी तन्नंतोरयितेमाधिरंतरमारुतरोधतः राज्यादिमोक्षपर्यंताः समस्ताएवसंपदः देहानिलविधेयत्वसाध्याः सर्व
स्याघव अथप्रत्याहारनिरूपणं तत्रप्रत्याहारस्वरूपंफलंचाह भगवान्पतंजलिः स्वस्वविषयसंयोगेचित्तस्वरूपा
नुकारइंद्रियाणांप्रत्याहारः ततःपरमावश्यतेंद्रियाणामितिसूत्रार्थः एतदर्थस्तु इंद्रियाणिस्वविषयेभ्यः प्रतीप
माहियंतेस्मिन्नितिप्रत्याहारः सकथंनिष्पाद्यतइत्यतआह चक्षुरादीनामिंद्रियाणांविषयोरूपादिस्तेनप्रयोग राघवः
स्तदभिमुख्येनवर्तनंतदेकाभावस्तराभिमुख्यंपरित्यज्यस्वरूपमात्रेवस्थानंतस्मिन्निति वि तमात्रानुकारिणिभ

वंतितत्तिष्ठतमनुवर्तमानानिमधुकरराजमिवमक्षिकाः सर्वाणींद्रियाणितंयांति अतश्चित्तनिरोधेननानिप्रत्याहृतानिभवं
ति ततएवमभ्यस्यमानेप्रत्याहारेतथावश्यानिभापद्यानिसंपद्यतेयथाराज्ञा भिमुखंतांनीयमानान्यपिनयांतित्यर्थः
शिवगीतायां इंद्रियाणांविचरतांविषयेष्वसभावतः निग्रहःप्रोच्यतेसद्भिः प्रत्याहारःसउच्यते योगशास्त्रे चंद्राभ्र
तमंशीभारांप्रत्याहारतिभास्करः यत्प्रत्याहरणंनस्याः प्रत्याहारः सउच्यते यथात्तीयकालस्थोरविःप्रत्याहरेत्र
श्मीं स्तृतीयांशस्तिनोयोगीविकारंमानसंतथा याज्ञवल्क्यः इंद्रियाणांविचरतांविषयेष्वसभावतः बलात्प्राहरणं
तेषांप्रत्याहारःसउच्यते यद्यत्पश्यतितत्सर्वंपश्येदात्मवशात्मनि प्रत्याहारःसचप्रोक्तोयोगविद्भिर्महात्मभिःक
र्मेंद्रियाणिनित्यानि विहितानिशरीरिणां तेषांमात्मनुष्ठानंमनसायद्विहिंविना प्रत्याहारोभवेत्सोपियोगसा
धनमुत्तमं प्रत्याहारेप्रयत्नंतत्सेवितंयोगिभिःसदा अष्टास्वासुयद्वायोर्मर्मस्थानेषुधारणं स्थानात्स्थानात्स
माकृष्यप्रत्याहारोनिगद्यते अग्निनोक्तयथाद्वतांगार्गिदेवभिषावरो मर्मस्थानानिसिध्यर्थंशरीरेयोगमोक्ष
योः तानिसर्वाणिवक्ष्यामियथावच्छृणुसुव्रते पादांगुष्टेचगुल्फेचजंघामध्येतथैवच चित्तेमूलेचजन्वोश्चमध्ये
चोरुद्वयस्यच पायुमूलंततःपश्चान्मध्येरेरंचमेढ्रकं नाभिश्चहृदयंगार्गिकंठकूपस्तथैवच तालुमूलंचनासा
यामूलंचाक्ष्णोश्चमंडले भ्रुवोर्मध्यललाटंचमूर्ध्वंचमुनिसत्तमे मर्मस्थानानिचैतानिमानंतेषुपृथक्पृथक्
पादाग्रमानंचगुल्फस्यसार्द्धांगुलिचतुष्टयं गुल्फाज्जंघस्यमध्यंतुविज्ञेयंतुरंगांगुलं जंघामध्यात्तिमूलंयतरे
द्वादशांगुलं विन्निमूलाद्वरोहेजानुःस्यादंगुलद्वयंजन्वोर्नवांगुलंप्राहूरुमध्यंमुनीश्वराः ऊरूमध्यातथागा
गिपायुमूलंचवांगुलं देहमध्यंतथापायोर्मूलात्स्यादंगुलद्वयंरेहमध्यात्तथामेढ्रंतद्वत्सार्द्धांगुलिद्वयं मेढ्रान्ना

भिश्चविज्ञेयातथासार्द्धरज्जांगुला चतुर्रज्जांगुलं नाभेर्हृन्मध्यंतुद्विजोत्तमे षडंगुलंतुहृन्मध्यात्कंठकूपस्तथैवच कंठ
कूपात्तुजिह्वायामूलंस्याच्चतुरंगुलं नेत्रस्थानंततस्तूर्ध्वांगुलमितीष्यते तस्मादूर्ध्वांगुलेचैवभ्रुवोरंतरमात्म
नः ललाटात्तंभ्रुवोर्मध्यादूर्ध्वंस्यादंगुलत्रयं ललाटाद्रोमसंज्ञंतदंगुलत्रयमेवच स्थानेष्वेतेषुमनसावायुमा
रोप्यधारयेत् स्थानात्स्थानात्समाहृत्यप्रत्याहारंप्रकुर्वतः सर्वेगाविनःश्यंति योगाःसिद्धंतितस्यवै वरंतियोगि
नःकेचियोगेमुकुशलानराः प्रत्याहारंदशरोहे ऋणुत्वंतंवरारोहे संपूर्यकुंभवद्वायुमंगुष्टाभ्यांहृदिस्थितः धा
रयेत्पनिलंबुद्धाप्राणायामःसचोदितः नासाभ्यांतंसमाहृत्यललाटेधारयेत्पुनः ललाटाद्वायुमाहृत्यभ्रुवो
र्मध्येनिरोधयेत् नेत्राभ्यांप्राणंसमाहृत्यनासामूलेनिरोधयेत् नासामूलात्तुजिह्वायामूलेप्राणंनिरोधयेत्
कंठकूपात्तुहृन्मध्येहृन्मध्यान्नाभिमध्यमे नाभिमध्यात्पुनर्मेढ्रंमेढ्राद्धृन्मूलेनयेत्ततः देहमध्याद्धुरेगार्गिगुदाद्धेऊ
रुमूलेकेऊरुमूलात्तयोर्मध्येतस्माज्जान्वोर्निरोधयेत् चितिमूलेततस्तस्माज्जंघयोर्मध्यमेतथा जंघात्ततः
समाहृत्यवायुंगुल्फेनिरोधयेत् गुल्फाद्रंगुष्टयोर्गार्गिपादयोस्तन्निरोधयेत् स्थानात्स्थानंसमाहृत्यमस्तेवंधार
येद्धिया सर्वपापविशुद्धात्माजीवेच्चंद्रतारकं एतत्तुयोगसिद्ध्यर्थंमगस्त्येनापिकीर्तितं प्रत्याहारेषुसर्वेषुप्रसक्त
मितियोगिभिः नाडीभ्यांवायुमाहृर्मकूंपुल्लाः पार्श्वयोर्नरः धारयेद्रागमुक्तोपिभवरोगाद्विमुच्यते सर्ववद्वायु
मारोप्यहृत्येवंशिरोधारयेत् सोपियातिवरारोहेपरमात्मापरंपुनः व्याधयःकिंपुनस्तस्यबाह्याभ्यंतरवर्त्तिनः नासा
भ्यांवायुमारोप्यभ्रुवोरंतरंस्थितः भ्रुवोर्मध्याद्भ्रुवोःपश्चात्समारोप्यसमाहितः धारयेत्क्षणमात्रंयःसोपि यमः
यातिपरांगतिं किंपुनर्बहुनोक्तेननित्यकर्मसमाचरन् आत्मनंप्राणमारोप्यभ्रुवोर्मध्यात्सुषुम्णाया याव ६५

मनोलयस्तस्मिन्नावत्तंयमनंकुरु दत्तात्रेयस्तुइंद्रियाणींद्रियार्थेभ्योयःप्रत्याहरतिस्फुटं योगीकुंभमास्थायप्रत्याहारः स उ
च्यते यंयंपश्यतिवस्तुभ्यंतंतमात्मनिभावयेत् यंयंशृणोतिकर्णाभ्यांतंतंमात्मनिभावयेत् जिघ्रायद्यद्रसयतितत्त
दात्मनिभावयेत् त्वचायत्स्पृशतेयोगीतत्तदात्मभिभावयेत् एवंतानींद्रियाणांयत्सर्वमात्मनिभावयेत् याममात्रं
प्रतिदिनंयोगीयत्नात्तंद्रितः नरःविजितंसमासाद्यमोगिनोजायतेध्रुवं दूरश्रुतिर्दूरदृष्टिःक्षणंदूरगतिस्तथावाक्
सिद्धिःकामरूपत्वंअदृश्यकरणंतथेति इतिश्रीमत्परमहंसपरिव्राजकाचार्यश्रीरामचंद्रसदानंदसरस्वतीशिष्यशिवा
नंदसरस्वतीविरचितयोगचिंतामणौतृतीयः परिछेदः ३ अथधारणानिरूप्यंते तत्रलक्षणमाहपतंजलिः देशबंध
श्चित्तस्यधारणेतिसूत्रेण अस्यार्थः देशोअध्यात्मिकेनाभिचक्रहृदयकंठमुखभ्रूमध्यमूर्द्धादिस्थाने बाह्येनासादो
चित्तस्यबंधोविषयांतरपरिहारेणयच्चित्तस्यस्थापनंसाधारणेत्यर्थः उच्यते अयंभावः मेध्यादिपरिवासितांतः करणे
नयमनियमवताजितासनेनपरिहृतप्राणविक्षेपेणप्रसाहृतेंद्रियग्रामेणऋजुकायेनजितद्वंद्वेनयोगिनानिर्बाधे
प्रदेशेसंप्रज्ञातसमाधेरभ्यासायनासाग्रादौचेतः स्थिरीकर्तव्यमिति यथोक्तंविष्णुपुराणे प्राणायामेनपवनंप्र
त्याहारेणचेंद्रियं वशीकृत्यततःकुर्यात्स्थिरत्वंचित्तमुभाभ्यासे शिवगीतायां हृत्पुंडरीकेनासाग्रेमूर्द्धिसर्वत्रसंभवे
एवमादिषुदेशेषुधारणाचित्तबंधनं स्कंदपुराणे आसनेनसमायुक्तः प्राणायामेनसंयुतः प्रत्याहारेणसंपन्नोधा
रणांचसमभ्यसेत् हरयेपंचभूतानांधारणंयत्पृथक्पृथक् मनसोनिश्चलत्वेनधारणासाविधीयते हरितालनिभं
भिन्नंसलकारांसमेधसं चतुष्कोणंहृदिध्यायेद्वायुस्थानंतिधारणा कंठेवृत्तंमहेंद्रनिभंविद्युत्समन्वितं च
कारबीजंकुंदाभंध्यायेन्नंवुजेहृदीति तालुस्थंभ्रूगोपाभंत्रिकोणंरेफसंयुतं रुद्रेणाधिष्ठितंसम्यक्ध्यात्वाहृं

मयेरिति वायुतत्त्वभ्रवोर्मध्येतमंजनसन्निभं यबीजमीशोरेवंध्यामन्त्वापुंजयेरिति आकाशंचविशुद्धवारिदृशंयद्र
क्तंप्रस्फुरंतंतन्नाथेनसदाशिवेनसहितंसांतंहकाराक्षरं प्राणांतत्रविनीयंपंचघटिकाश्चितान्वितंधारयेद्वाभोक्षक
पाटपाटनपटुःप्रोक्तानभोधारणा स्तंभनीस्तावनीचैवरहनीभ्रामणीतथा शमनीचभवंत्येतामृतानांपंचधारणा
इति याज्ञवल्क्यः यमादिगुणयुक्तस्समनसःस्थितिरात्मनि धारणेत्यभिधीयतेसद्भिः शास्त्रतात्पर्यवेदिभिः तस्मिन्ब्रह्मपुरो
गार्तियदिरंहस्यंवुजं तस्मिन्नेवांतराकाशेयद्दहराकाशधारणं एषाचधारणेत्युक्तायोगशास्त्रविशारदैः चित्तकैर्यो
गशास्त्रज्ञैर्विद्भिश्चसुशंकितैः धारणापंचधाप्रोक्तास्तास्वसर्वाःपृथक्पृथक् भूमिरापस्तथातेजोवायुराकाश
मेवच एतेषुपंचरेवानांधारणंपंचधेष्यते पादादिजानुपर्यंतंपृथिवीस्थानमुच्यतें आजानोःपायुपर्यंतमपा
स्थानप्रकीर्त्तितं आपायोर्हृदयांतंयद्वन्हिस्थानंतदुच्यते हृन्मध्यातुभ्रुवोर्मध्यंयावद्वायुकुलंस्मृतं आभ्रूम
ध्यातुमूर्द्धांतआकाशमितिचोच्यते पृथिवींधारयेद्ब्रह्मविष्णुंपरमेष्ठिनं विष्णुमग्न्यनलेरुद्रमीश्वरंवायु
मंडले सदाशिवंतथाव्योम्निधारयेत्समाहितः पृथिव्यांवायुमास्थाप्यलकारेणसमन्वितं धार्यंश्चतुर्मुखंब्रा
ह्मणंसृष्टिकारणं धारयेत्पंचघटिकाः पृथिवीजयमाप्नुयात् वारुणेवायुमारोप्यवकारेणसमन्वितं स्मरन्ना
रायणंदेवंचतुर्बाहुंसुचिस्मितं शुद्धस्फटिकसंकाशंपीतवाससमच्युतं धारयेत्पंचघटिकाःसर्वरोगैःप्रमुच्यते वरु
णेनिलमारोप्यरेफाक्षरसमन्वितं अर्धेंदुप्रतिरूपंतुरुद्रंतरुणादित्यसन्निभं भस्मोद्धूलितसर्वांगंसुप्रसन्नमनुस्मरन् धा
रयेद्घटिकाःपंचवह्निनोसौनश्यते मारुतंमरुतांस्थानेवर्णरेफसमन्विते धारयेत्पंचघटिकावायुवद्योमगोभ
वेत् आकाशेवायुमारोप्यहकारोपरिशंकरं विद्रूपंमहादेवंव्योमाकारंसदाशिवं शुद्धस्फटिकसंकाशंबालेंदु

धतशेखरं पंचवक्त्रंत्रिनेत्रंचांतरशक्तायुक्तिलोचनं सर्वायुधोद्यतकरंसर्वाभरणभूषितं उमार्द्धदेहंवरदंसर्वकारणकारणं
मनसाचिंतयन्मुक्तमुहूर्त्तमपिधारयेत् सएवमुक्तःकृतकृत्यतांत्रिभिरेव्यक्षिभिःतैः एतदुक्तंभवत्यत्रगार्गिब्रह्मविरांवरे
ब्रह्मादिकार्यरूपाणिस्वेस्वेसंहृत्यकारणे तस्मिन्सदाशिवेप्राणंचित्तंचानिजकारणे युक्तचित्तःसदात्मानंयुंजीतपरमेश्व
रे अस्मिन्नर्थेवरन्नन्येयोगिनोब्रह्मविद्वराः प्रणवेनतुकार्यार्णिस्वेस्वेसंहृत्यकारणे तस्मिन्सदाशिवेप्राणंचित्तंचानिज
कारणे प्रणवस्तुमहांतेपरमानंदविग्रहे रक्तंतस्यंपरंब्रह्मपुरुषंकृष्णपिंगलं चेतसासंप्रपद्यंतिसंतःसंसारभे
षजं त्वंतस्मात्प्रणवेनैवप्राणायामैस्त्रिभिस्त्रिभिः ब्रह्मादिकार्यरूपाणिस्वेस्वेसंहृत्यकारणे विष्णुंचेतसापद्मपत्रा
क्षंतेपरमेश्वरं अस्मिन्नर्थेवरन्नन्येयोगिनोब्रह्मविदुराः भिषग्वरांवरारोहेयोगेषुपरिनिष्ठिताः शरीरंतावदेवं
हिपंचभूतात्मकंस्मृतं भवेत्रवरारोहेवातपित्तकफात्मकं रजोतमात्मकानांसर्वेषांयोगेषुनियतात्मनां प्राणसं
यमनेनैवशोषंयातिकलेवरं पित्तात्मकानामचिरान्नश्यतिकलेवरं रक्तात्मकानांकार्यंतुसंपूर्णमचिराद्भवे
त् धारणंकुर्वतस्तस्मौसर्वेनश्यंतिवातजाः पार्थिवांशेजलांशेचधारणांकुर्वतःसदा नश्यंतिश्लेष्मजारोगावातजा
श्चाचिरात्तथा व्योमांशेमारुतांशेचधारणांकुर्वतःसदा भिषग्जनितारोगाविनश्यंतिनसंशयः अस्मिन्नर्थेतथा ऋ
तांअग्निनोचभिषग्वरो प्राणसंयमनेनैवनिर्दोषसमनंतरं दत्तात्रेयः भयानर्थानर्थभेत्तेज्ञात्वारहसियततः
पंचधाधारणंकुर्यान्नन्नभूतभयाबहं नाभेरधोगुरस्योर्ध्वंघटिकाश्चधारयेत् वसुंततोभवेत्पृथ्वीधारणंचेत्प्रयत्नवा
हं पृथिवीसंभवोमर्त्यस्तुर्नभवेत्तस्ययोगिनः नाभिस्थानंततोवापुंधारयेत्पंचनाडिकाः ततोजलाभयंनास्तिजलेभ
र्त्तुर्नयोगिनः नाभ्यूर्ध्वमंडलेवापुंधारयेत्पंचनाडिकाः आग्नेयीधारणाचैवंनमर्त्युक्तस्यवह्निना नरद्यतेशरीरंच

प्रविश्चाग्निसंस्तरे नाभिभ्रूप्राणमर्मेतुप्रारेचनेत्रयसंमिते धारयेत्पंचघटिकावायुसेवाच्चवायवी धारणैवंवायोस्तुभ
वंभवतियोगिनःभ्रूमध्यादुपरिष्टात्तुधारयेत्पंचनाडिकाः वायुयोगीप्रयत्नेनसेयमाकाशधारणा आकाशधारणां
कुर्वन्मर्त्यंजयतिनाध्रुवं एवंचधारणांः पंचकुर्यादोविचक्षणः ततोदृढशरीरस्यमर्त्यस्यनविद्यते मार्कंडेयपु
राणे योगयुक्तःसदायोगीस्वल्पाहारोजितेंद्रियः सूक्ष्मात्सूक्ष्मधारणाः समभ्यस्याद्यामद्वियारयेत् धरित्रीन्धारय
त्योगीतत्सौक्ष्म्यंप्रतिपद्यते आत्मानंमन्यतेचोर्वीतदूर्ध्वंपंचजनातिसः तथैवाप्यंससंस्तंभंतद्भूपंचतेजसि स्य
शेवायोतधातद्विभतत्तत्सधारणं सोम्नःसूक्ष्मंप्रतिंचरांतद्वज्जहातिच मनसासर्वभूतानांमनसाविश्रते
यदा मानसीधारणांविभ्रन्मनःसौक्ष्म्यंचजायते तद्वद्विमशेषाणांसत्वानामेत्ययोगवित् परित्यजतिसंप्राप्य
बुद्धिसौक्ष्म्यमनुत्तमं परित्यजतिसूक्ष्माणिससत्वेतानियोगवित् लभ्यविज्ञानयोलर्कतस्याज्ञानेनविद्यते एतासां
धारणांनांतुसप्तानांसौक्ष्म्यमात्मवान् दृष्ट्वादृष्ट्वातः सिद्धिंत्यक्त्वात्यक्त्वापरांव्रजेत् यस्मिन्यस्मिंश्चकुरुतेभवेदा
गंमहीपते तस्मिन्तस्मिन्समासक्तिंसंप्राप्यसविनश्यति तस्माद्विरित्वासूक्ष्माणिसंशक्तानिपरस्परं परित्यरित्यज
तियोरेरिसपंप्रामुयात्परं एतान्येवतुबंधायसप्तसूक्ष्माणिपार्थिव भरादीनांविरागोत्रसभावजस्यमुक्तये गंधा
दिषुसमासक्तमित्येतद्विलंजगत् पुनराद्यतेयभ्रपसत्रसामरमानुषं सप्तैताधारणायोगीसमतीत्यधछति न
स्मिंस्तस्मिन्लयंसूक्ष्मेपतिभूतेनरेश्वर देवानामसुराणांवागंधर्वोरगरक्षसां देहेषुलयमायातिसंगंनाप्नोति
चक्षुवित् तथा प्राणाभ्यांहृदयेचात्रतीयाचनथोरसि कंठेमुखेनासिकाग्रेनेत्रभ्रूललाटमूर्द्धसु किंचित्तस्मा
त्परस्मिन्साधारणापरमात्मता दृश्यैताधारणाःप्राप्यप्राप्योन्नोत्यरसाम्यतां अथध्यानं तल्लक्षणमाह प

तंजलिः प्रत्येकतानताध्यानमिति तत्रयद्धारणायामलंबनीकृतंवस्तुतस्मिन्प्रत्ययस्यचित्तवृत्तेर्विजा
तीयप्रत्ययतिरस्कारेणसजातीयप्रत्ययप्रवाहीकरणंयत्तद्ध्यानमित्यूच्यते शिवगीतायां ईशावस्थितिमालंबमुद्दे्यी
वृत्तिसंततिः दृश्यंतरैरसंस्पृष्टातद्ध्यानंस्मरयोविदुः विष्णुपुराणे तद्वत्तिप्रत्ययैकाग्र्यसंततिर्यान्यनिस्पृहा तद्ध्यानं
प्रथमैःषड्भिरंगैर्निष्पाद्यतेनृप स्कंदपुराणे ध्येचिंतायांस्मृतोधातुश्चिंतातत्रसुनिश्चला यातध्यानमिहप्रोक्तंस
गुणंनिर्गुणंद्विधा सगुणंसर्वभेदेननिर्गुणंकेवलंमतं समंत्रंसगुणविद्धिनिर्गुणंमंत्रवर्जितं शाट्यायनीयंचतन्मात्रा
यावत्कर्णादिपुष्टिताः तावदेवस्मृतंध्यानंस्थानमाधिरतःपरं नाभ्यंभोरुहतस्तुष्पन्नचैराजस्ययतः यतुष्पमेक
ध्यानेनलभेद्योगीस्थिरासनः मार्कंडेयपुराणे सक्तसंगोजितक्रोधोलघ्वाहारीजितेंद्रियः पिधायचुद्वाद्वारांणिम
नोध्यानेनिवेशयेत् भ्रूमध्येवाथप्रकाशेषुगुहासुचवनेषुच नित्ययुक्तःसदायोगीध्यानंसमगुपक्रमेत् वेदाःश्रेष्टाः
सर्वयज्ञः क्रियासुयज्ञाज्जपंयज्ञानमाहुश्रजपात् ज्ञानाध्यानंसर्वरागमपेतंतस्मिन्ज्ञानेज्ञाप्यतस्योपलब्धिः समा
हितोत्रमपरोःप्रसारीशुचिस्थेकान्तरतिर्जितेंद्रियः समाप्नुयाद्योगमिमंमहात्माविमुक्तिमाप्नोतितत्त्वयोगतः
पाशवत्स्यः ध्यानंततः प्रवक्ष्यामिक्रमेणाग्निवरानने ध्यानमेवहिजंतूनांकारणंबंधमोक्षयोः ध्यानमात्मस्वरूपस्य
वेदनंमनसावलु सगुणंनिर्गुणंतच्चसगुणंबहुशःस्मृतं पंचोत्तमानितेष्वाद्यैवैकानिद्वियोत्तमाः त्रीणिमुख्यतमा
न्येषामेकमेवहिनिर्गुणं मर्मस्थानानिनाडीनांसंस्थानंचपृथक्पृथक् वायूनांस्थानकर्माणिज्ञात्वाकुर्वीतमवेद
नं एकंज्योतिर्मयंक्षुद्रंसर्वगंव्योमवद्घटं अजस्रममलंनित्यंह्यादिमध्यांतवर्जितं स्थूलंसूक्ष्ममनाकाशमसंस्पर्शम
चाक्षुषं नरसेनचगंधाद्यमप्रमेयमनोपमं आनंदमजरंनित्यंसरसत्सर्वकारणं सर्वाधारंजगद्रूपममूर्तमजमव्ययं

अरजस्कंरजसाभस्कंवहिस्कंसर्वतोमुखं सर्वरुक्सर्वतःपारंसर्वस्यक्सर्वतःशिरः अखण्डब्रह्ममयोहंस्यामितिनित्यमेवेदृ
शेनैर्गुण्यध्यानमितियोगविदोविदुः अथवापरमात्मानंपरमानंदविग्रहं गुरूपदेशाद्धित्वायपुरुषंरुक्मपिंगलं
ब्रह्मब्रह्मपुरेशास्मिन्दहना ब्जेसमध्यमे चेतसासंप्रपश्यंतिसंतःसंसारभेषजं हृत्पद्माष्टदलोपेतंकंदमध्यसमु
त्थिते द्वादशांगुलनालेस्मिंश्चतुरंगुलबन्धुरे प्राणायामैर्विकसितेकेसरान्वितकर्णिकोद्दृष्टदेवंसमालोक्यमन
सासर्वकामदं सोहमात्मेतिविज्ञानंसगुणंध्यानमुच्यते हृत्सरोरुहमध्येस्मिन्प्रकृत्यात्मककर्णिके अष्टैश्वर्यद
लोपेतेविद्याकेसरसंयुते ज्ञाननालेदृढंकंदेप्राणायामप्रबोधिते विश्वादिबिंबसद्भावदीप्यमानंविश्वतोमुखं वैश्वा
नरजगद्योनिंशिखिवातन्विनमीश्वरं प्रतपंतंस्वकंदेहंमापादतलमस्तकं निर्वातदीपवत्तस्मिन्दीपितंहव्यवाहनं
दृष्ट्वातत्सखिवाक्येपरमात्मानमव्ययं नीलतोयदमध्यस्थाविद्युल्लेखेवभास्वरां नीवारशूकवत्तन्वीपीतभास्वर्
कारणं ज्ञात्वावैश्वानरंदेवंसोहमात्मेतियामतिः सगुणध्यानेयूतमध्यानेयोगविदोविदुः वैश्वानरत्वंसंप्राप्यमु
क्तितेनैवगच्छति अथवामंडलेपश्येदादित्यस्यमहाद्युतेः आत्मानंजगतोहेतुंपुरुषंहेमरूपिणं हिरण्यश्मश्रुकेशं
चहिरण्मयनखंहरिं रूपेशालक्षणसंस्थितिप्रलयकारिणं पद्मासनस्थितंसोमंप्रभुंशुक्लनिभाननं पद्मोदरदलो
द्भासंसर्वलोकाःभयप्रदं जानंतंसर्वदासर्वंनिरयंतंचधार्मिकान् भासयंतंजगत्सर्वंदृष्ट्वालोकैकसाक्षिणं सोहम
स्मीतियाबुद्धिःसाचध्यानेप्रशस्यते एवएवतुमोक्षस्यप्राहामार्गानपोधने ध्यानेनानेनसौरेणमुक्तिंयास्यंति
सरयः भ्रुवोर्मध्येंतरात्मानंभारूपंसर्वकारणं स्थाणुवन्नरूपंपर्यंतंमध्यरेहात्समुत्थितं जगत्कारणमव्यक्तंज्वलं तामः
तमग्नितोजसं मनसालोक्यसोहंस्यामित्येतद्ध्यानमुत्तमं अथवाब्रह्मपर्यंकःशिथिलीकृतविग्रहः शिवएवस्वयं ६८

भूत्वानासाग्रारोपितेक्षणः निर्विकारंशिवंशांतंपरमात्मानमव्ययं भारूपमरतंध्यायेद्भ्रुवोर्मध्येवरानने सोहमेवे
तियाबुद्धिःसाचध्यानेप्रशस्यते अथवाष्टदलोपेतेसकर्णिकेसरान्विते उन्निद्रहृत्सरोभोजेसोममंडलमध्यगे
स्वात्मानमर्भकाकारंभोक्तृरूपिणमव्ययं सुधारसंविमुंचद्भिः शशिरश्मिभिरावृतं षोडशच्छदसंयुक्तंशिरः
पद्मारधोमुखात् निर्गतामृतधाराभिःसहस्राभिःसमंततः प्लावितंपुरुषंतत्रचिंतयित्वासमाहितः तेनामृतर
सेनैवसांगोपांगकलेवरः अहमेवपरंब्रह्मपरमात्माहमव्ययः एवंयोहरनंतब्रह्मगुणध्यानमुच्यते एवंध्यानाभ्या
संकुर्वन्षण्मासान्मरुजिश्चरेत् वत्सरान्मुक्तएवस्याज्जीवन्नेवनसंशयः जीवन्मुक्तस्यनक्वापिदुःखावाप्तिः
कथंचन किंपुनर्नित्यमुक्तस्यमुक्तिरेवहिदुर्लभाऽकृतिश्च हृत्पुंडरीकंविरजंविशुद्धंविचिंत्यमध्येविशदंविशोकं
अचिंत्यमव्यक्तमनंतरूपंशिवंप्रशांतममृतंब्रह्मयोनिं तथाविधध्यानविहीनमेकंविभुंचिरान्नरमूढमभ्युपैति उ
मासहायंपरमेश्वरंप्रभुंत्रिलोचनंनीलकंठंप्रशांतं ध्यात्वामुनिर्गच्छतिभूतयोनिंसमस्तसाक्षिंतमसःपरस्तात् तमंतपन्त
मनिशंजपंतंहृत्पद्मसंस्थंप्रणवाभिधेयं कालंकलातीतकलेवरंतं ध्यात्वामुनिर्मृत्युमुखात्प्रमुच्यते ततोमनोमारुतसूर्यवह्नयः
तनौस्थितानाडिषुषट्सुचक्रेषु ब्रह्मादिकाःशक्तिसमन्विताश्च ध्यातव्यएतेसकलाःशरीरे ततोमनोमारुतसूर्यवह्नयः
ततोध्यानंघटिकाषष्टिमेकंवायुनिरुध्यांकविदेवतामिष्टदायिनीं सगुणध्यानमेतत्तुकथितंमारिगुणप्रदं निर्गु
णंलभतेध्यात्वामोक्षमार्गंप्रपद्यते योगियाज्ञवल्क्यः ध्यानेनसदृशंनास्तिशोधनंपापकर्मणां श्वपाकेष्वपिभुं
जानेध्यायीनैवतुलिप्यते ध्यानमेवपरंब्रह्मध्यानमेवपरंतपः ध्यानमेवपरंशौचंध्यानंपरमंपदं सर्वपापप्रमु
क्तोपिध्यायन्निमिषमश्नुते नरतपस्वीभवतीपंक्तिपावनपावनः महाभारते सर्वाचारविहीनोपियुक्तोवासवेपा
तकैः सर्वदुरितपापभावयंश्छिवमात्मना शास्त्रांतरे पातकेषुचसर्वेषुपातकेषुमहत्सुच प्रविश्यरजनी

परं ब्रह्मध्यानेसमाचरेत् वासिष्ठे आत्मपूजाप्रकरणे ध्यानस्वरूपकथनानंतरमीश्वरउवाच ध्यानोपहार एवात्मा
ध्यानमस्यमहार्घ्यं विनातेनेतरेणायमात्मालभतएवनो ध्यानेनानेनसमतेनिर्मिषान्तुनयोरहं सदोपिपूज
यित्वेशंगोप्रदानफलंलभेत् पूजयित्वनिमिष्माणांज्ञातमेकंमितिप्रभुं अश्वमेधस्यफलंप्राप्नोतिमान
वः पूजयित्वात्वमात्मानंघटिकाईमितिप्रभुं अश्वमेधसहस्रस्यफलमाप्नोतिमानवः ध्यानवत्सुपहारेणस्व
यमात्मानमात्मना घटिकांपूजयेद्यस्तुराजसूयंलभेतसः मध्याह्नपूजनादित्यराजसूयैकलभाक् दि
वसंपूजयित्वैवंपरेधाम्निवसेन्नरः एषोसौपरमोयोगस्तंयंसाधयमाक्रिया आत्मगीतायां साक्षात्कर्तुमशक्तो
पिचिंतयेन्मामशंकितः कालेनानुभवारूढोभवेत्सफलितोऽचिरं यथाभ्यनिधेर्लाभेनोपायः खननंविना म
त्वाभोपितथात्मचिंतांमुक्तानचापरः रेरंहुपलमारूढमनुपिंडालकामुनः स्वात्मनोभुवंभूयोगएषीया
न्निधिंपुमान् शास्त्रांतरे अनुभूतेरभावेपित्रात्मीयेवचिंयतां अप्यसत्प्राप्यतेध्यानात्नित्यानंदब्रह्मकिंपुनः
अनात्मबुद्धेश्चित्यंफलंध्यानादिनेरिते पश्यन्नपिनरोध्यायेत्कोपरस्मात्मबुद्धिः उपेक्ष्यतीर्थयात्राजपादीनेवकुर्वतां पिंडस
मुत्सृज्यकरंलेढीतिन्यायआपतेत् अथसमाधिःपतंजलिः तत्रेदार्थमात्रनिर्भासंस्वरूपशून्यमिवसमाधिः यद्ध्यानालंबनी
भूतंवस्तुतत्रेवपरार्थमात्रनिर्भासंस्वरूपेणैवनिः संदिग्धंसर्वात्मनापरिपूर्णरूप अतएवसर्वविषयविहीनत्वात्स्वरूपशू
न्यमिवयस्यांभावनायांभासतेसभावनाविशेषः समाधिरित्युच्यते समाधिरुभयसामान्यलक्षणमेतत् विशेषलक्षणं
प्रथमपरिछेदएवविस्तरेणोक्तंदृष्टं अन्येतुसम्यगाधीयतेएकाग्रीक्रियतेविक्षेपान्परित्यज्यमनः समाधिरित्याहुः ७मः
याज्ञवल्क्यः समाधिमधुनावक्ष्येभवपाशविनाशनं भवपाशनिबद्धस्ययावछेतुमर्हसि समाधिस्तुसमावस्थाजीवा ६९

त्मपरमात्मनोः ब्रह्मण्येवस्थितिर्यासासमाधिः प्रत्यगात्मनः ध्यायेद्यथाब्रह्मात्मनंतत्समाधिस्तथातथा ध्यात्वैवात्मनि
संस्थाप्योन्मथात्मायतोभवेत् एवमेवहिसर्वत्रयत्रयत्रमनस्तुयोनरः तत्रात्मासोपिनत्रैवतत्रैवहिसमाप्नुयात् स्मरित्व
तोनिविष्टंवुयथाऽग्निंलभंत्रजेत् तथात्माग्निनएवात्रससमाग्निंसमाप्नुयात् कूर्मपुराणे एकाकारःसमाधिःस्या
दात्मालंबनवर्जितः प्रत्ययोऽर्थमात्रेणयोगसाधनमुत्तमं विष्णुपुराणे तत्रैवकल्पनाहीनंस्वरूपग्रहणायत् मनसाध्या
ननिःपाद्यंसमाधिःसोभिधीयते नच्चध्यानसंप्रज्ञातसमाधोरभेदःशंकनीयः बहुप्रयत्नसाध्येपिध्यानेभवत्येवता
वत्प्रत्ययांतरंसंचारः संप्रज्ञातसमाधौतुसर्वात्मनानास्त्येव प्रत्ययांतरावकाशइतितयोभेदः सुरेश्वराचार्यैः ब्रह्मविद्यु
शिवारीनांचिंताध्यानंप्रचक्षते ध्यानारब्धंदनंबुद्धेः समाधिरभिधीयते शैवधर्मे समाधिस्तुसमावस्थाजीवात्म
परमात्मनोः निस्तरंगपरप्राप्तिः परमानंदरूपिणी निःश्वासोच्छ्वासयुक्तोवानिः स्पंदोस्पंदलोचनः शिवध्यायीस्फुलीन
श्वसमाधिस्तुउच्यते नश्यणोतियदाकिंचिन्नपश्यतिनजिघ्रति नचस्पर्शंविजानातिसत्समाधिस्तुउच्यतइति स्कंदपुराणे
यत्समत्वंद्वयोरात्रजीवात्मपरमात्मनोः सनष्टसर्वसंकल्पःसमाधिरभिधीयते नात्मानंनपरंवेतिनशीतंनोष्णमेवच स
माधियुक्तोयोगींद्रोनसुखंनसुखेतरं कल्पतेनैवकालेनलिप्यतेनैवकर्मणा भिद्यतेनैवशस्त्रास्त्रैर्योगीयुक्तःसमाधिना
यथाजलेजलंक्षिप्तंजलमेवतुतभवेत् क्षीरेक्षीरंतथायोगीतत्रतन्मयतांव्रजेदिति दत्तात्रेयः निर्गुणध्यानसंपन्नःसमाधिं
चततोभसेत् दिनद्वादशकेनैवसमाधिंससमाप्नुयात् वायुनिरुद्धमेधावीजीवन्मुक्तोभवेद्ध्रुवंसमाधिंसमतावस्थाजी
वात्मापरमात्मनोः यदिच्छरेहमुत्सृष्टुमिछेद्वुत्सृजेत्वयं परेब्रह्मणिलीयतेतत्सकाकर्मशुभाशुभं अथनेच्छेत्समुत्सृष्टुंस्वश
रीरंपरिप्रियं सर्वलोकेषुविचरेत्ररश्मिभारिगुणान्वितइति एवंशैवोक्तरीत्यासांगयोगमनुतिष्ठतोयोगिनः सात्विकराजसतामस

साऽन्तराया भवंतिसर्वोपितेतुच्छाऽतिमत्तायोगिनाऽदोषाएव तथाचरुद्रयामले प्रथमाभ्यासकालेमहाविघ्नाःप्रजायंते विविधामुने आ
लस्यंप्रथमोविघ्नोद्वितीयस्तूपेक्षणं तथा तृतीयोमंत्रसाधनं चतुर्थोधातुवादश्चेतिपंचविधायोगविरोधिनः
कंदर्पस्यथाऽरूपेणयातेसेवयोगिनः तद्रूपवशगानार्य्यः कांक्षंतेतत्समागमं एवंहिवह्वोविघ्नाःप्रागतत्प्राप्तासमामुनेस्ति
ष्ठत्यास्पप्रजायंतेतोज्ञात्वासंत्यजेत्क्षीरिति मार्कंडेयपुराणे उपसर्गाःप्रवर्तंतेदृष्टेस्वात्मनियोगिनः येतांस्तेसंप्रवक्ष्या
मिसमासेननिबोधमे कामान्स्त्रियोपानानभिवांछंति स्त्रियोदानफलंविद्यांमायांकुप्यंधनंहिवम्
रत्नत्वमभरेशत्वरसायनवयःक्रियां मेरुप्रपतनंपत्तंजलाग्न्यावेशनंतथा श्राद्धानांशक्तिरानानांफलानिनियमां
स्तथा नघोपवासात्सर्वाच्छ्रेरवतेश्वर्यनारपि नेभस्तेभश्चकर्मभ्यउपसर्गोभिवांछति चित्तमित्यंप्रवर्तंतंयत्नाद्योगी
निवर्त्तयेत् ब्रह्मसंगिमनःकुर्वन्नुपसर्गैःप्रमुच्यते उपसर्गैर्जितैरेभिरुपसर्गास्ततःपुनः योगिनःसंप्रवर्तंतेसत्वराजसता
मसाः प्रातिभःश्रावणोदैवोभ्रमावर्त्तीतथापरोपंचतेयोगिनांयोगविघ्नायकटुकोदयाः वेदार्थाःकाव्यशास्त्रार्थावि
द्यास्तिस्राप्यशेषतः प्रतिभांतियदत्येतिप्रातिभःसतुयोगिनः शब्दार्थानखिलान्वेत्तिशृंणोतीत्येवयत् योजनानां
सहस्रेभ्यःश्रावणःसोभिधीयते अष्टौमासानुदृश्यंतेसमंतादेवयोनयः उपसर्गतमधाढ्यैःदैवमुन्मत्तबुद्धयाः भाम्यते
यल्लिंगलंगनोदोषेणयोगिनः समस्ताधारविघ्नंशाभ्रमःसपरिकीर्त्तितः आवर्त्तदेवतोयस्यज्ञानावर्त्तीयदाकुलः
चित्तंनाशयतेयत्रउपसर्गाःसउच्यतेः एतैर्नोद्गीतयोगस्तुसकलारेवयोनयः उपसर्गैर्महाघोरैरावर्त्तंतेपुनःपुनः प्रावर्त्त
केवलंशुद्धयोगीतस्मान्नोभयं चिंतयेत्परंब्रह्मस्वरूपत्वात्तत्रवणंमनरति येचाभ्याकर्मण्यतायोगफलवत्वसंशयप्रमादा
लस्यविषयवैमुख्याभावभ्रांतिसमाधिभूमलाभश्चिनाप्रतिष्ठारयोविघ्नाश्चित्तविक्षेपशब्दिताःतेपिब्रह्मानुसंधानेनैव

निवर्त्तंतेतदुक्तंपातंजले ईश्वरप्रणिधानाद्वाऽतिमत्तायोगनिरूपणानंतरं तस्यवाचकःप्रणवःतज्जपस्तदर्थभावनं ततःप्रत्य
क्चेतनाधिगमोप्यंतरायाभावश्चेतिसूत्रैः नचतदर्थभावनस्यापिसंयमरूपत्वेनतत्रापिविघ्नावकाशाः सर्वपापतूलानलरू
पेभगवद्भजनेविघ्नावकाशाभावात् तथाचविष्णुपुराणेयथाग्निरुद्धूतशिखः कक्षंदहतिसानिलः तथाचित्तस्थितोवि
ष्णुर्योगिनांसर्वकिल्बिषमिति तथाप्रागुक्तानांविक्षेपाख्यविघ्नानांसर्वेषामपिविक्षेपसहजन्मनांचदुःखदौर्मनस्यांगकंप
श्वासनिशादीनांनिरासायथाभिमतध्यानसंतानमेवतनुयादित्येतदुक्तं तत्प्रतिषेधार्थमेकतत्वाभ्यासइतिसूत्रेण चाविद्या
ऽऽ कामक्रोधादयः ब्रह्मन्महारोगाः संसारव्याधिहेतवः मनागपिनलुंपंतिचित्तमेकसमाहितं आधिव्याधिसमुत्थानिच
लितानिमहाभ्रमेः नहिलुंपंतिदुःखानिचित्तमेकसमाहितं अंधीकृतदृशाकाशाः कामक्रोधविकारजाः चिंतानपरिहिं
संतिचित्तमेकसमाहितं मेरुरर्थाऽणुरेभाद्रुगुणाऽरुरहन्ताः दुःक्रमास्तेनहंतेतिचित्तमेकसमाहितं परिस्फुरतियत्
स्यांतर्नित्यंसत्यंचमत्प्रतिः स्वत्रेसांऽमिवावेंद्रिगीशाः पाद्यमोतितेरति आदित्यपुराणे सम्यग्दर्शनसंपन्नोना
भिरप्येतकर्मभिः योगविद्योगमुक्तात्मापरंनिर्वाणमिछति श्रुतिश्च तद्धियएवंवेदाहंब्रह्मास्मीतिसइदंसर्वंभवति त
स्यहनेवाश्चनाभूत्याऽऽत्मायंसंभवतीत्यादिकारति किंचमोक्षारंभकाः जायमानाः म्रियमाणाश्चविदु
ष्प्रारब्धमेतन्मासिद्धासनकमनसोयोगिनोमोक्षोदुर्लभोयतः तथाचस्कंदपुराणे अंतरायाभवंतीहयोगिनोयोगरा
तिराः श्रूयतेदूरगावार्तादूरस्थंदृश्यतेपुनः योजनानांशतंयातुशक्तिःस्यान्मेमरुद्गतः अचिंतितानिव्रात्राणिकंद
पाग्नीभवंतिहि धारणाशक्तिरत्युग्रामहान्भारोलघुर्भवेत् क्षणंकृशःक्षणंस्थूलःक्षणमत्यः क्षणंमहान् परकायंप्रविशति
निरश्नोयेतिभाषितं स्त्रियंगंधंतनोधत्तेस्त्रियंवाणींप्रयच्छति च प्रार्थयंतेस्त्रियःकाश्चित्स्त्रियःप्रार्थयतेवपुः इत्यादयोंतरायास्तु

योगसंसिद्धिस्वकाः यद्योभिरंतरायैर्नसिध्यतेसेरिमानसं तदाग्रेतनमाप्नोतिपरंब्रह्मादिदुर्लभं नयत्राप्यनिवर्तंतेतत्प्राप्यनचशोच
ति तत्त्वभूतेषडंगेनयोगेनकलशोभवेति योगभास्करे जितेंद्रियस्यांतस्त्यजितश्वासस्ययोगिनः हरोधारयतश्चित्तमुपतिष्ठंतिसि
द्धयः अणिमाद्यास्तुधारणाभिरुपासिताः सृज्येरन्यतथासर्वाएतत्तद्विघ्नकारिकाः सिद्ध्यादिवासनाबद्धस्तत्र
भोगेषुसंगतः भ्रश्यतेप्रायशः स्थानात्रकृतार्थवतिष्ठति सात्विकीरतिमालंब्यत्यागीसत्वेनसंस्थितः निर्गुणंमनसाध्या
यन्नुपसर्गैश्चमुच्यते एवंयोगमुपासीनःशत्रुमित्रपरिग्रहः सिद्ध्यादिवासनात्यागाज्जीवन्मुक्तोभवेन्मुनिः विस्तरस्त्वभि
धानेऽस्मिंतिविप्रासनेकशः ध्यानेनहरिहरयोर्धारणयाहियोगिना इतिसर्वशास्त्रसिद्धांतः एवंचपरमेश्वरानुगृहीतस्य
निर्विघ्नंसांगयोगमातिष्ठतोयोगिनोविश्वासार्थंपरीक्षार्थंचक्रेणमोक्षावांतरफलंसिद्धयोह्याविर्भवंति पंचप्रकाराश्लोके
सिध्योभवंति तथाचपतंजलिः जन्मौषधिमंत्रतपःसमाधिजाःसिद्धयइति यक्षादीनामाकाशगमनादिलक्षणा
कपिलादीनांजन्मसमनंतरमेवोपजायमानज्ञानादिलक्षणाजन्मसिद्धिः पातालादौरसायनाद्यप्रयोगलक्षणौष
धसिद्धिः केषांचित्आकाशगमनादिफलामंत्रसिद्धिः विश्वामित्रादीनांतपःसिद्धिः याज्ञवल्क्यादियोगिनांसमाधि
सिद्धिः तत्रजन्मादिसिद्धीनांसर्वासामपिजन्मांतरमभ्यस्तसमाधिसिद्धिरेवहेतुः मंत्रादिकंतुनिमित्तमात्रमेवेत्यावधेयं य
थानैरीश्वरादीनामिहैवजन्मनिजात्मरिपरिणामोयः सप्रकृत्यापरात् पाञ्चात्यएवहिप्रकृतयोस्मिन्जन्मनिस्थूलभ
तात्मरेंद्रियलक्षणान्विकारान्जात्यंतरादिहारेणयंतिक्रियमाणोधर्मादिप्रकृतिनामापूरणेनप्रयोजकं किंतुततआ
वरणभंगाधर्मक्षयोभवति यथाकृषीवलस्सेतुभेदमात्रेणापारेनलनिःसरणंतुस्वतएवेत्यतोनपूर्वैकजन्मोनराभ्यस्त
समाधिकारणभंगप्रसंगः तथाचपतंजलिराह जात्यंतरपरिणामः प्रकृत्यापूरान्निमित्तप्रयोजकंप्रकृतीनां आवर

णभेदस्ततःक्षेत्रिकवदितिसूत्रभाष्यं योगभास्करे जन्मौषधितपोमंत्रैर्भवंत्यारब्धसिद्धयः योगेनाप्नोतिताःसर्वानान्ययोगग
तिंव्रजेत् योगबीजे अभ्यासस्यफलंरविकथयामितवाधुना आरोग्याःप्रणश्यंतिपश्चाज्जाड्यंशरीरजं ततःसमरसी
भूत्वाचंद्रोवर्षत्यनारतं धातुरसंग्रसेद्वह्निःपवनेनसमंततः नानानाराःप्रवर्तंतेमार्दवंस्यात्कलेवरे जित्वाषट्चारिकंजा
ड्यंक्षेत्रेशः प्रसरेन्नरः सर्वज्ञोसौभवेत्कामरूपीपवनवेगवान् क्षीरतिन्विमुलोकेषुजायंतेसिद्धयोखिलाः कर्परलीयमानेकिं
कादिसंतत्रविद्यते अहंकारत्रयेनदूरेहेकविंशतिकुतः सर्वज्ञःसर्वतश्चस्वतंत्रोविश्वरूपवान् जीवन्मुक्तोमहायोगीजायतेनात्र
संशयः ईश्वरउवाच यत्किंचिदत्रलभनाज्ञानंतन्मोक्षायशंकर सिद्धयःकिंकरिष्यंतिनिर्विकल्पेविरात्मनि एवंमेसंशयं
नाथछेतुमर्हसिपावन ईश्वरउवाच सत्यमेतत्त्वयोक्तंतेवरामि।श्रृणुसुंदरि द्विविधाःसिद्धयोलोकेऽस्मिन्कल्पिताकल्पिताः
शिवे रसौषधिक्रियाकालमंत्रमंत्रारिसाधनात् सिध्यंतिसिद्धयोयास्तुकल्पितास्ताःप्रकीर्तिताः अनित्याअल्पवीर्यास्ताः
सिध्यःसाधनोद्भवाः साधनेनविनाप्येवंजायंतेस्वतएवहि स्वात्मयोगेकनिष्ठेतुस्वतंत्रारीश्वरत्वतः प्रभवंताःसिद्धयोया
स्ताःकल्पनारहितास्त्वताः शुद्धानित्यामहावीर्याइच्छारूपास्त्वयोगजाः चिरकालात्प्रजायंतेवासनारहितेषुच नासुभावो
महायोगः परमात्मपरेऽयये विनासर्वसिद्धयोनिर्योगसिद्धस्यलक्षणं यथाकाशेसमुद्दिश्यगच्छद्भिःपथिकैःपथि नाना
तीर्थानिदृश्यंतेतथामोक्षेतुसिद्धयः स्वयमेवप्रजायंतेलाभालाभविवर्जिते सिद्धिभिर्लक्ष्येसिद्धिंजीवन्मुक्तिंतथैवच अ
लौकिकगुणस्यस्करात्विरूपतेभ्रुवः इत्येतत्कथितंरविर्योगसिद्धस्यलक्षणं सिद्धिभिःपरिहीनंतन्नरंवदतुलक्षयेत् अ
जरामरणंदेवोयोजीवन्मुक्तःसएवहि येभवंतुकुटीद्वारप्रतिसंप्राप्नुवंतिवै तेषांकिंपिंडपातेनमुक्तिर्भवतिसुंदरी नवन्नि
प्राणआयातिपिंडस्यपतनंकुतः पिंडपातेनयामुक्तिःसामुक्तिर्नतुकथ्यते देहोत्रस्थलमाधातिजलतांसेंधवंयथा अमन

लांयरायातिनरायुक्तःसउच्यते मानसोल्लासे चितेनिश्चलतांयातेप्राणमरुल्लयंगते चिन्मात्रेतानिजायंतेपंचभूतजयात्प
रम् मलमत्रकफाल्पत्वमारोग्यंलघुतातनोः सुगंधीस्वर्णवर्णत्वंप्रथमंयोगलक्षणं कंजकाश्रेष्वसंगत्वंजलंघकेष्वमज्जनंभु
श्वारिसहिस्मृत्वंद्वितीयंयोगलक्षणं वक्त्रान्नपानभोक्तृत्वमात्मपात्रिसहिस्मृता दर्शनंश्रवणंदूरात्तृतीयंयोगलक्षणं मरू
त्कल्पत्वनंभश्चोमर्कटत्वंवनंदुमे आकाशगमनंचेतिचतुर्थंयोगलक्षणं ज्ञानेत्रिकालविषयेमैश्वर्यमणिमादिकं अनंत
राद्रिमलंचपंचमंयोगलक्षणं तथाणिमादिलक्षणं अणिमामहिमाचैवलघिमागरिमास्तथा प्राप्तिप्राकाम्यमीशत्व
वंचाष्टसिधयः अत्यंतमणुषुप्राप्तिः स्वात्मत्वेनप्रवेशनं अणिमासंज्ञोमैश्वर्यमात्मस्वपरमात्मनः ब्रह्माणादिस्थितायाः यत्रिंशत्त
त्संहृतेः महिम्नआप्यवृत्तित्वमैश्वर्यमहिमाह्वयं महामेरुसमागस्यसमुद्धरणकर्मणि अत्यल्पतत्वतुल्यत्वंलघिमानंविदुर्बुधाः पर
माणुसमागस्यसमुद्धरणकर्मणि गौरवेमेरुतुल्यत्वंगरिमाणंविदुर्बुधाः पातालवासिनःपुंसोब्रह्मलोकावलोकनंप्राप्तिर्नाम
मिहैश्वर्यसुधुः प्रापमयोगिनां आकाशगमनादीनामभ्यासोसिद्धिसंपरां स्वेछामात्रेणसंसिद्धिः प्राकाम्यमभिधीयते स्वशरी
रकरणेनसर्वार्थानांप्रकाशनं प्राकाम्यमिरमैश्वर्यमितिकेचित्प्रचक्षते स्वेछामात्रेणलोकानांसृष्टिस्थितिसंहारकरता सर्वादी
नांनियोक्तत्वमीशित्वमभिधीयते सलोकपालाः सर्वेपिसोर्कर्ध्वब्रह्मांडवर्त्तिनः तरैश्वर्यंवशित्वाख्यंसुलभंसिधयोगिनां स
र्वात्मभावसाम्राज्यनिरंतरितचेतसां परिपक्वसमाधीनांकिंकिंनामनसिद्धति यत्नेवंब्राह्मणोचेतित्यस्वावशेखिलाः किं
पुनःक्ष्मापतिमाद्यभालल्लीपुरुषाद्याः अर्वाचीनेस्वहांमुंचेत्कलेस्वर्गादिसंभवे स्वर्गादिराज्यंसाम्राज्यंमनुष्येनरिपंडितः न
देवतस्यसाम्राज्यंयतुसाम्राज्यमात्मनि पुत्रपौत्रगरक्षेत्रधनधान्यसमृद्धयः अर्वाचीनाश्चसिद्धंतिस्वर्गपातालभूमिषु या
केप्रवर्तमानस्यशीतारिपरिहारवत् प्रासंगिकाश्चसिद्धंतियोगाभ्यासेनसर्वदा ऐश्वर्यमीश्वरत्वंचनसन्नालिष्टथक्स्थितिः

पूर्वेषांवर्तमानेपिछायातमनुधावति अनंतशक्तिरैश्वर्यंनित्यंस्वाणिमादयः स्वसेश्वरत्वंसंसिद्धेसिद्धंतिस्वयमेवहि पुरुषमानयतां
गंभोविनेछामात्रेणभूयते पूर्णाहंभावपुक्तेनपरिछिन्नाविभूतयः मरीयैश्वर्यविपुद्धिन्नसविमुक्तिवारयः ऐश्वर्यवंतोभासंतेसए
वात्मासराशिवः सर्वात्मभावनावंतंसेवंतेसर्वसिद्धयः तस्मात्सात्मनिसाम्राज्यंकुर्यान्निमतमानसः इति: पत्रांतरेदृश्या अ
त्रयोगांगनिरूपणानंतरंसिद्धिऋ मभद्रभागवान्पंतंजलिः वैशेषिकेनयेदृष्टगुणकर्मणासंज्ञाधारणाध्यानसमाधी
नामेवविषयाणांव्यवहारत्वाद्यमसंयमइतिसंज्ञाहृत्वातत्संयमस्यफलमुपयोगंचसूत्राभ्यांप्रारब्धीयत् तद्यथा तज्जयात्प्रज्ञा
लोकः तस्यभूमिषुविनियोगइति एतदर्थस्य तत्संयमस्यजयाद्भ्यासेनसात्मापारभात् प्रज्ञायातातत्त्वविवेकरूपायाज्ञा
लोकः प्रसरोभवति प्रज्ञांतरात्तत्रभूतत्वेसतिनिर्मलेप्रवाहे स्यात्क्षणआलोकोभवतीत्यर्थः तत्संयमस्यभूमिषुस्थूल
स्वरूपालंबनभेदेनस्थितास्वचित्तस्यातिषुविनियोगः कार्यः अभ्यासभरांचित्तभूमिंनितांकृत्वोत्तरस्यामुत्तरस्यांचित्तभूमौ
संयमः कार्यः तत्रसात्मीकृताधोभूमिरुत्तरभूमौसंयमंकुर्वाणः फलभाग्भवति यथोक्तस्यसंयमस्यविषयपरिपुद्धिकर्तृप
रिणामत्रयंसूत्रत्रयेणदर्शयति व्युत्थाननिरोधसंस्कारयोरभिभवप्रादुर्भावौनिरोधक्षणं चित्तान्वयोनिरोधपरिणामः व्यु
त्थानसिद्धमदविसिष्टसात्वभूमित्रयं निरोधः प्रकृष्टसत्वस्यांगतयाचेतसः परिणामः ताभ्यांव्युत्थाननिरोधाभ्यांजनितौयौ
संस्कारौतयोर्यौधर्मौऋ मभिभवोभूत्वा तयाकार्यकरणासामर्थ्यनावस्थानं प्रादुर्भावोवर्तमानेध्वनिअभिव्यक्तरूपत
यावस्थानं तत्रनिरोधावसरवर्त्तिनश्चित्तस्यधर्मिणोन्वयोर्योव्युत्थानत्वयोरवस्थयोः स्वरूपेणावस्थानंसनिरोधपरिणा
मःप्रथमः अथमाद्यः यदाव्युत्थानसंस्कारस्योधर्मःतिरोभवति निरोधसंस्कारस्वरूपश्चाविर्भवतिधर्मिरूपतयाचित्तमुभया
न्वयित्वेनावस्थितंप्रतीयतेसनिरोधपरिणामाद्वेनव्यवहियते यद्यपिचलत्वाद्गुणवृत्तस्यचेतसोनिश्चलत्वंनास्तितथापे

बंधहेतुशैथिल्यात् प्रवृत्तिसामर्थ्यमुत्पद्यते एतत्परिणामफलं तु चित्तस्य परिहृतविक्षेपतया समाहितभावेन धारणासमर्थयोरेकाग्रतयोः क्षयोदयौ चित्तस्य समाधिपरिणामः सर्वार्थतैकाग्र्यक्षयात् तत्प्रत्ययाभ्यासजनितः समाधिप्रज्ञाजः संस्कारो व्युत्थानसंस्कारप्रतिबन्धी तदुभौ संस्कारौ चित्तधर्मिणौ तुल्यकालौ तुल्यदेशत्वेन परस्परविरोधात् यथा अश्वगोरथानां गतिः तथा तयोरेकस्मिन् क्षणे धर्मिणि धर्मावनुपपन्नौ तयोरनुपपत्तौ तद्धर्मकस्य चित्तस्यापि तथात्वमनुपपन्नम् तस्मात् तुल्यकालयोर्व्युत्थाननिरोधसंस्कारयोरभिभाभिभ्यकृतो यौ क्रमौ तद्वशात् निरोधक्षणचित्तान्वयो निरोधपरिणामः तस्य निरोधक्षणचित्तस्य प्रवाहो निरोधपरिणामप्रवाहः तदा हि व्युत्थानसंस्काराभिभवात् प्रादुर्भवति निरोधसंस्कारयोः प्रादुर्भावात् तदा व्युत्थानसंस्काराभिभवो भवति तयोरभिभाभिभ्यकृतः क्रमविशेषः तस्मात् निरोधक्षणचित्तान्वयो निरोधपरिणामः तस्य प्रवाहो निरोधपरिणामप्रवाहः तस्मात् निरोधसमाधिजः संस्कारो व्युत्थानसंस्कारप्रतिबन्धी तदुभौ संस्कारौ चित्तधर्मिणौ तुल्यकालौ तुल्यदेशत्वेन परस्परविरोधात् यथा अश्वगोरथानां गतिः तथा तयोरेकस्मिन् क्षणे धर्मिणि धर्मावनुपपन्नौ तयोरनुपपत्तौ तद्धर्मकस्य चित्तस्यापि तथात्वमनुपपन्नम् तस्मात् तुल्यकालयोर्व्युत्थाननिरोधसंस्कारयोरभिभाभिभ्यकृतो यौ क्रमौ तद्वशात् निरोधक्षणचित्तान्वयो निरोधपरिणामः तस्य निरोधक्षणचित्तस्य प्रवाहो निरोधपरिणामप्रवाहः तदा हि व्युत्थानसंस्काराभिभवात् प्रादुर्भवति निरोधसंस्कारयोः प्रादुर्भावात् तदा व्युत्थानसंस्काराभिभवो भवति तयोरभिभाभिभ्यकृतः क्रमविशेषः तस्म

संयमं कृत्वा इंद्रियजयी भवति तत्फलमाह ततो मनोजवित्वं विकरणभावः प्रधानजयश्च शरीरस्य मनोवदुत्तमो गतिलाभः कायनि
रपेक्षाणामिंद्रियाणां दृत्तिलाभः सर्वज्ञातृत्वं चेति त्रितयं फलं एताः सिद्धयो जिते इंद्रियस्य प्रादुर्भवंति एताश्च मधुप्रतीकाराः यथा
मधुनश्चकरेणापि स्वदते मुपभुज्यते एवमेताः प्रत्येकमिति अथांतःकरणजयमाह सत्वपुरुषान्यताख्यातिमात्रस्य सर्वभावाधि
ष्ठातृत्वं सर्वज्ञातृत्वं च तस्मिन्नुदासीनस्य विवेकपरिणामेऽनुसंयमनस्य सत्वपुरुषयोरत्यंतासंकीर्णयोः प्रत्ययाविशेषो विवेकख्यातिः गुणानां कर्तृत्वाभि
मानविच्छित्तीभावरूपात्तन्माहात्म्यात्तत्रैवस्थितस्य योगिनः सर्वभावाधिष्ठातृत्वं सर्वज्ञातृत्वं च समाधेर्भवति सर्वेषां गुण
परिणामानां भावानां स्वामिवदाक्रमणं सर्वाधिष्ठातृत्वं तेषां मेवज्ञानोदितानामपरेण धर्मत्वेन स्थितानां यथावद्विवेकजन्मा
नं सर्वज्ञातृत्वं एतावत्स्थानीयकारसंज्ञायां प्राप्तायां विशोकानामसिद्धिरुच्यते क्रमेणाभिक्रांतमाह तेन रागपरिक्षी
णं चित्तमन्येवेकल्पं विशोकायामपि वैराग्यं वशीकरोति योगिनः ततस्तस्मादोषाणां रागादीनां मूलेऽविद्यादिंतस्य क्षयो
निर्मूलनैकेवल्यं आत्यंतिकी दुःखनिवृत्तिः पुरुषस्य गुणानामपि कारपरिसमाप्तिः स्वरूपप्रतिष्ठं यस्मिन्नेवसमाधौ स्थित्वा
पायमाह स्थान्युपनिमंत्रणे संगस्मयाकरणं पुनरनिष्टप्रसंगात् चत्वारि योगिनस्थानानि भवंति तत्राभ्यासवान् प्रथमा
न्नोतिः प्रथमः प्रथमकल्पः इति चोच्यते ऋतंभरप्रज्ञोद्वितीयो मधुभूमिकइत्युच्यते भूतेंद्रियजयी तृतीयः प्रज्ञाज्योति
रिति अतिक्रांतभावनश्चतुर्थः तस्यचतुर्थस्य समाधाविभूतसप्तविधप्रांतभूमिप्रज्ञस्यांतो मधुमतीसंज्ञिकांभूमिकांसा
क्षात्कुर्वतः स्थानिनोदेवाउपनिमंत्रयेयुस्तारोभवंति रिष्टस्तारमाथनारिकंटकं यंति तस्मिन्नुपनिमंत्रणे अनेनसंगोनकर्तव्यः
नास्मिन्स्मयश्चसंगतिकरणे पुनर्विषयभोगे निपतति स्मयकरणेऽकृतकृत्यमिवात्मानं मन्यमानोनसमाधिमुत्सृजेत अतः संग
स्मययोस्तेनवर्जनंकर्तव्यं अस्यामेवफलभूतायां विवेकख्यातौरजोमलसंयमातिरिक्तमुपायांतरमाह क्षणतत्क्रमयोः

संबंधसंयमाद्विवेकजंज्ञानं क्षणः सर्वैतैः कालावयवोयस्यकृत्स्नः प्रविभक्तुमशक्यतेतथाविधानांकालक्षणानांयः क्रमः पौर्वा
पर्यपरिणामः तत्रसंयमात्प्रागुक्तंविवेकजंज्ञानमुत्पद्यते अयमर्थः अयंकालक्षणोमुख्यात्कालक्षणादुत्तरोयमस्मात्पूर्व
इत्येवंविधक्रमेकृतेसंयमस्यांतस्तत्क्षणेपि क्षणक्रमेयराभवतिसाक्षात्कारः तरामपि सूक्ष्मंमहदादिसाक्षात्करोतीतिविवे
कज्ञानोत्पत्तिः अस्यैवसंयमस्यविषयविवेकोपायमाह जातिलक्षणदेशैरन्यतानवच्छेदात्तुल्ययोः ततः प्रतिपत्तिः पदार्थां
तरभेदहेतवोजातिलक्षणदेशाभवंतियथागौरिति कर्बुरादृणेति जातिलक्षणेभेदकेतुल्यपरिणामयोर्देशोभेदकः यत्रपुन
र्भेदोवधारयितुंनशक्यतेयथैकदेशास्थितयोः शुक्लयोः पार्थिवयोः परमाण्वोस्तथाविधेविषयेकृतसंयमस्यपराभेदेनज्ञा
नमुपजायतेतदातस्याभ्यासात्सूक्ष्माण्यपिनत्वानिबुद्धादीनिभेदेनप्रतिपद्यंतेऽकृत्स्नविवेकज्ञानस्यसंज्ञांविषयंस्वभा
वंचाख्यातुं सूत्रं तारकंसर्वविषयंसर्वथाविषयक्रमंचेतिविवेकजंज्ञानं उक्तसंयमबलादत्यांभूमिकायांउत्पन्नज्ञा
नंतारयत्यगाधसंसारपयोधेर्योगिनमितितारकंतस्यविषयमाह सर्वाणितत्वानिमहदादीनिविषयोऽस्येतिसर्वविषयं
स्वभावश्चास्यसर्वथाविषयत्वं सर्वाभिरवस्थाभिः स्थूलसूक्ष्मादिभेदेनतैस्तैश्चपरिणामैः सर्वेणप्रकारेणावस्थिता
नितत्वानिविषयोस्येतिसर्वथाविषयंस्वभावांतरमाह अक्रमंचेतिनिः शेषनानावस्थापरिणतद्रव्यैकभावग्रहेनास्य
क्रमोविद्यतइत्यक्रमंसर्वंकरतलामलकवद्ग्रहणमस्यप्रवर्तीत्यर्थः तस्माच्चतारकाख्याद्विवेकज्ञानात्किं भवतीत्या
ह सत्वपुरुषयोः शुद्धिसाम्येकैवल्यं साम्यंसत्वस्यसर्वज्ञाकर्तृत्वाभिमाननिवृत्तास्वकारणेऽनुप्रवेशः शुद्धिः पुरुषस्य
स्वरूपेणचरितभोगाभाव इतिद्वयोः समानायांशुद्धौ प्रधानोत्सोभवति एवंचाभ्यासक्रमेणताप्रादिमोक्षपर्यंतासुआयमानासु
सिद्धिषुयोगिनानस्कृपिकापिप्रकाशानीयानवस्मयोभिमानोवाकर्तव्यस्तत्कारणेसिद्धिर्नष्टाभवेत् तथाचरताश्रेयः प्रवृत्तिलक्षणे

त्मानाद्योगिनोविस्मयानत्वा विज्ञानंविलयंयातितेनयोग्याःप्रकृतयः एवंकर्मोपनिषत्प्रकाशनीयं प्रकाशनेनिःफलंभवेत् तथाहरुप्र
रोपिकायां हरविद्यापरंगोप्यायोगिनासिद्धिमिछता भवेद्यत्नोगुप्तानिवेद्यंतुप्रकाशितेति अथसिद्धयोगेनासिद्धयोगेनवाक्ष
त्रविद्यानिसर्वराक्षसंपदृष्टयानियानितानिलिखंते तत्रसिद्धयोगेनजीवन्मुक्तिकामेनकालवंचनार्थं असिद्धयोगेनतुमरणकाले
योगंसंस्मरतिपुनर्जन्मांतरेयोगप्राप्तये तथाचगीतायां यंयंवापिस्मरन्भावंत्यजत्यंतेकलेवरं तंतमेवेतिकौंतेयसदातद्भावभा
वितः एवाब्राह्मीस्थितिः पार्थनैनांप्राप्यविमुह्यति स्थित्वास्यामंतकालेपिब्रह्मनिर्वाणमृछति कालवंचनविधिस्तुप्रसंगात्पूर्व
मेवोक्तः तद्विज्ञानियथा स्कंदपुराणे वामनासापुटेमस्यवापुर्वातिरिक्तानिशं अहोरात्रमेकंतस्याःपुनरपमृत्रयेणहि ह्यहोरा
त्रंमहोरात्रंविवर्हतिसंततं आद्येकवर्षंतस्येज्जीवितावधिरुच्यते वेहन्नासापुटद्युग्रेशाद्वानिनिरंतरं वायुश्चेत्रनिसंक्रांतिंत
दाजीवेदतुत्रयं नासावर्त्मनिरुंधित्वामातरिश्वानुरुवाहनन् शंसेद्दिनानिस्मार्धकप्रयाणं तस्यावाध्वनि सूर्यसप्तमराशिस्थेजन्मर्क्ष
स्थेनिशाकरे पौरुषःसकालोनेष्टोमरायाम्परिवर्हेत् अकस्मात्तस्यतत्कालेमृत्युःसंनिहितोभवेत् चिंतनीयेप्रयत्नेनतत्कालोमृत्यु
भीरुणाअकस्माद्दोषतस्तत्पुरुषंरुद्रपिंगलं तस्मिन्नेवक्षणेरूपंसंजीवेदुत्तरद्वयंस्वधीर्यमलंमंत्रंकृतंमंत्रंमलंतुवा इहैकरात्रेतत्वे
दुर्मतिस्त्यक्ष्यते रुद्रनीलनिभंयोग्निनागंहरंयदीक्षते ऋतस्ततःप्रवर्तंतंषण्मासंसंस्तुनीवति अरुंधतीध्रुवंचैवविलोस्त्रीणिप
दानिच आसन्नमस्पर्नेक्षेतचतुर्थेमातरंश्रुवं अरुंधतीभवेज्जिह्वाध्रुवोनासाप्रउच्यते विस्रोप्यरानिभ्रुवोर्मध्येनेत्रगोलोमतिरं
श्रुवं वेतिनीलादिवर्णेस्यकृष्णसारिरस्यच अकस्मात्स्यधाभावंषण्मासेनसमस्तुभाक् षण्मासमरणोमर्त्यस्यकंगोष्ठरसनार
दाः शृण्वंतिसततंनरुत्सनिहास्तालुपंचमाः रेतःकर्जनेत्रमंत्रीलिमानंभ्रूमंतिचेत् तर्हिकोनाशानगोछेमासिन्नेत्रः कृत
माहसमरस्त्रिवर्णोयस्यमस्तकं प्रयातियातितस्यायुः षण्मासेपरिसंस्थयं लेंगेसुतस्यापिस्यान्मुहृदयंपरिशुष्यति चरणौचकरौ

चापिनिमासंतस्यजीवितं छायाप्रकंपतेयस्यदेहबंधेपिनिश्चले कृतांतदूतावध्नंतिचतुर्थेमासितंनरं मतिर्भ्रश्येन्नत्रेद्राणीधनुरिंद्र
रिष्यते रात्रौचंद्रंदृढंचैवदिवाचद्वोदिवाकरौ दिवासतारकाचंद्रंरात्रौश्वोभवितारकं युगपच्चचतुर्दिक्षुशार्कोरंडमंडलं भूरुहे
भूपराग्रेवागंधर्वनगरालयं दिवापिशाचनर्तंचसेतेपंचत्वहेतवः सर्वेषेतेयुविरेषुयद्येकमपिविद्यते नरोमासावधिंमरणं
प्रतीक्षेतनचाधिकं प्रोक्षतेभक्षतेयोहिपिशाचास्कारवायसैः भक्षतेप्रेतैःस्वभिर्गृध्रैर्गोमायुखरसूकरैः शरभैःकरभैःकीटै
श्चेनैरन्यतरैर्वकैः स्वप्नेसजीवितंत्यक्त्वाचर्वतेयमभीतये गंधपुष्पांशुकैः शोभैःस्नातनुंभूषितांनरः यःपश्येत्स्वप्नमध्येसोष्टोमा
सांस्तजीवति पांशुराशिंचवल्मीकंदृषंरंमथापिवा योधिरोहतिवैस्वप्नेसषष्टेमासिनश्यति रासभारूढमात्मानंतैलाभ्यक्तंचमुंडितं
नीयमानंयमाशायांयः पश्येत्स्वपूर्ववत् स्वमोलोस्वतनोवापियः पश्येत्स्वगोनरः रणानिशुष्ककाष्ठानिषष्टेमासिसनश्यति लो
हदंडधरंकृष्णंपुरुषंकृष्णवाससं स्वप्नयोग्रेस्थितंपश्येत्सत्रीन्मासान्नलंघयेत् कालीकुमारीयंस्वप्नेवप्रीयाद्वाकुपाशकैः समासे
नसमीक्षेतनगरीशमनोषितां नरोयोवानरारूढोयायात्प्राचीदिशंस्वपन् दिनैःसप्तचवैरेवपश्येत्संयमिनीपुरीं कृपणोपिवराकः
स्यद्राज्यः कृपणोयदि प्रकृतेर्विकृतिश्चस्यात्तदापंचत्वमछति एतानिकालविज्ञानिसंमन्यानिबहून्यपि ज्ञात्वाभसेन्नरोयोग
मथवाकाशिकांश्रयेत् नकालवंचनोपायंमुनेसम्यगवेम्यहमिति मार्कंडेयपुराणे अक्षीणकर्मबंधश्चज्ञात्वामरणमुपनिष्टतः उ
त्क्रांतिकालेसंस्मरत्पुनर्योगीत्वमछति तस्मादसिद्धयोगेनसिद्धयोगेनवापुनः ज्ञेयाःपरिष्टानिसरायेनोत्क्रांतौनसीदति अरि
ष्टानिमहाराजशृणुवक्ष्यामितानितेयेषामालोकमात्रेणनरकंनिर्जनाजानातियोगवित् अरुंधतिंध्रुवंसप्तर्षयश्चवहिंचैवांशुमालिनं ह
ष्ट्वैकरात्रमासांस्तुनरोवर्षंसजीवति वसेन्मत्रंपुरीमंत्र्यः स्वर्णरजतंतथा प्रत्यक्षमथवास्वप्नेजीवितंत्रयमासिकं दृष्ट्वाप्रेतपिशा
चारीन् गंधर्वनगराणिच सुवर्णवर्णदृक्षांश्चनवमासान्सजीवति स्थूलः कृशःकृशःस्थूलोयोकस्मात्सेवजायते प्रकृतेश्च

निवर्त्तेद्वयसस्यायुश्चाष्टमासिकं स्वेदंयस्यपरंपारंपारस्यायेथवाभवेत् पांसुकरंमयोर्मध्येसप्तमासान्सजीवति कपोलोगप्रकाकोलोवायसोवापिभक्षंति क्रूरोवाखगलिष्टेछण्मासायुःप्रदर्शकः दृश्यतेकाकमंतैश्चाभिः पांसुवर्णेनवानरः शुष्येद्वेयस्यमर्म्मस्थानाद्वामारभस्तंतं तस्यापिपंचभिर्मासैर्विद्यान्मरणमुपस्थितं स्वांछायामथवादृष्ट्वाचतुर्मासान्सजीवति अनभ्रेविद्युतंदृष्ट्वारश्मिणांरश्मिमालिनं उरकेंद्रधनुर्वापिजीवितंहित्रीमासिकं घृतेतैलेतथादर्शेनोमेवाप्यात्मनस्तनुं यःपश्येदशिरस्कोवा मासाद्ध्वंनजीवति यस्यवस्तिसमोगंधोगुह्यनिश्वासमोपिवा तस्यार्द्धमासिकंज्ञेयंयोगिनोनपजीवितं यस्यवेस्नातमात्रस्य हस्तयुग्मवशुष्यति पिवतश्चजलंचौष्ठोदशाहंसोपिजीवति संभिन्नोमारुतोयस्यमर्म्मस्थानान्निकृंतति नहृष्यंतुसंस्पर्शात स्मरत्युपस्थिता स्नेहवानयानस्तोस्वप्नेरश्मिणांरिशं स्वप्नेप्रयतितस्यापिनमरणुः कालमिछति रक्तकृष्णावराधरांगायतीह सतीचयं रश्मिणाशांतयेन्नारीस्वप्नेसोपिनजीवति नग्नंस्वपणकंस्वप्नेहसमानंप्रावलं एवंभावीस्वभक्षांतंविद्यान्मरणमुपस्थितं आमलकतलाद्यस्तुनिमग्नंशोपंकसागरे स्वप्नेपश्येत्यथात्मानंसतद्योम्रियतेनरः केशांगारांस्तथाभस्मभुजंगंनिर्जलांनदीं दृष्ट्वास्वप्नेदशाहात्कृष्णसुरेकारशेहनि करालेविकटैर्हस्तैःपुरुषैरुद्यतायुधैः पाषाणेस्ताडितःस्वप्नेसद्योमरणमुपवाप्नुयात् सूर्य्यंरश्मिवाक्रोशंतीयातिसन्मुखं विपरीतापरीतांचसमद्योमरणमुछति यस्यवेभुक्तमात्रस्यहृदयंबाधतेभृशं जायते रंतधर्म्मश्रमगतायुरसंशयं दीपारिगंधंनोवेत्तिन्नस्यनस्तिकानिशि नात्मानंपरनेनस्तंद्वीस्यतेनसजीवति शक्रायुधंसाईं रात्रेरिवेंदुग्रहणंतथा दृष्टामनेतसंक्षीणमात्मजीवितमात्मवित् नासिकावक्रतामेतिकर्णयोर्नमनोन्नती नेत्रंचवामं स्रवतीयस्यतस्यायुरंगतगं आरक्तातामेतिमुखंजिह्वाचाप्यसिताभवेत् तदाप्राज्ञो विजानीयान्मरणमात्मनः उष्णरा सभयानेनयःस्वप्नेरश्मिणांरिशं प्रयातितंविजानीयात्सद्योमरणंनरेश्वर पिधायकर्णौनिर्घोषंनशृणोत्यात्मसंभवं नरप

तेचक्षुषोज्योतिर्यस्यसोपिनजीवति पतितस्यवेगार्त्तस्वप्नेद्वारंपिधीयते नचेत्तिष्ठतियःस्वप्नांतरंतंतस्यजीवितं ऊर्ध्वदृष्टिर्नचसंप्रतिष्ठितारक्तापुनःसंपरिवर्त्तमाना मुखस्यचोष्णानिश्वासाभिः पुंसांतिपुंसामपरंशरीरं स्वप्नेनिप्रविशेद्यस्तुनचनिःक्रमतेपुनः जलप्रवेशारपिवातंरंतंतस्यजीवितं यश्चाभिहन्यतेदृष्टोभ्रतैरात्रावथोदिवासमरंसुसमरांतेनरः प्राप्तोत्यसंज्ञायं स्ववस्त्वमलंशुरूपस्यथासितंयः पुमान्मरुमासन्नंतस्याशिरिविनिर्दिशेत् स्वभावेपरीतंतुप्रकृतेश्चविपर्ययः कथयंतिमनुष्याणांसमासन्नोयमंतको येषांविनीतः सततंयस्यदूरतमामताः नानेक्षावजानातितानेवचविनिंदति देवान्पार्थयतेदृष्ट्वा नृगुरून्विप्रांश्चनिंदति मातापित्रोरहंकारंजामातृणांकरोतिच योगिनांज्ञातिविद्वामन्येवंचमहात्मनां प्राप्तेकालेतुविदुषस्तद्दृतेपंविचक्षणेः योगिनासततंयत्नादरिष्टान्यवलीयते संवत्सरांतानितज्ञेनफलरात्रिरिवानिशं विलोक्यानिसदाचेषांफलमुक्तेषुधीरुणा विज्ञायकार्य्यमनसिस्वकालोनेश्वरः ज्ञात्वाकालंचतंसम्यगभयस्थानमाश्रितः युंजीतयोगीकालोसोयथानात्मफलोभवेत् दृष्ट्वारिष्टंतथायोगीत्यक्त्वामरणजंभयं तत्त्वभावंतरालोच्यकालेयत्युपागते तस्यभागोनथैवास्योयोगंयुंजीतयोगवित् पूर्वारिष्टेचपरारिष्टेचमध्यारिष्टेचरिष्टिते यत्रवाराजनीभागेतदरिष्टंनिरीक्षितं तत्रैवतावद्युंजीतयावत्प्राणेहितरिष्टं ततस्तत्कालभयंसंवर्जयित्वातंकालमात्मवान् तत्रैवावस्थेयित्वायत्नचस्थैर्यमात्मनः युंजीतयोगीनिर्त्यत्रीन्पुण्यान्प्रात्मनि तन्मयश्चात्मनाभूत्वाविवृत्तिप्रपिसंत्यजेत् ततःपरमनिर्वाणमतींद्रियमगोचरं यद्दुर्ज्ञेयंनचात्मानुशक्यतेतत्समश्नुते इतिरिक् निरभासनमेतत्तुमयासाधनसंयुतं यथाशास्त्रंयथाबोधंसंक्षेपेणनिरूपितं श्रवणंमननंचैवसविज्ञेयंसविस्तरं वेत्तिवेद्यदृष्टमेतन्नोक्तंविस्तरभीतितः रहस्यंराजयोगस्यहठयोगस्यतत्त्वितं प्रकाशितंमयासर्वंप्रीतयेयोगिनामिह अर्वाचीनैरसाध्यत्वान्नलिखितोहिमयातुसः उज्जलकेभुशुंडाद्यैर्हठयोगस्तुयः कृतः कपालिकप्रणीतास्तुकृतिक

नंस्यतारमः लिखितानमथातेकृष्णतिकरतिविरोधितः येनाराधिमहादेवोगोरीब्रह्माथवाहरिः लंबोदरोरविर्वापितस्ययोगः प्रसि
द्धति यासिष्टे पूर्वमाराधितोयेनभगवानिंदुशेखरः हरिर्ब्रह्मारविर्वापिसलभेरिवमभूतं योगचिंतामणिर्निसंचिंतयामीयोमु
मुक्षुभिः जीवन्मुक्तिमहाकामेराजतामतुकांक्षिभिः दुःखगर्भनिवासजंतिशुरज्ञातारुग्वार्द्धक्यं तिष्टानिष्टवियोगयोग
जनितोत्कर्षापकर्षोद्भवं देहप्राणवियोगरोगचयतुंकुंभीविपाकादिजंतदुर्व्याधिमहौषधंभजतत्रोश्रीयोगचिंतामणिं हिनसे
वितशास्त्रस्यशुक्लयतरोः फलं शमनंभवतापस्ययोगंभजतसत्तमाः इतिश्रीमत्परमहंसपरिव्राजकाचार्यश्रीरामचंद्रस
दानंदसरस्वतीविरचितेजीवानंदसरस्वतिविरचितयोगचिंतामणेश्चतुर्थपरिछेदः ४ समाप्तमिति शुभंभवतुश्रीरस्तु कः॰
द्विनवशरचंद्रेश्वरपुरे शाकेऽब्दासरे अहेर्व्यूर्जेत्रयोदश्यांमुक्तेमुनिवरराजभिः परवेनपुरेरमेविहृमंडलमंडिते पु
स्तकंविलिखि मोक्षिवंनत्वासरस्वतिं विश्वंविश्वेशभक्तिः प्रकटितलक्ष्मशः पूर्णचंद्रांशुजालैर्व्याप्तंयेनाहिराजप्रबलविमल
सत्कंठमीशंपुरारिं येनध्वस्तःस्वधर्मप्रभवजनमलंध्यायतांशेवमंत्रैर्ध्वस्तंसोयंसुशेषोजगतिवितनुतेशिवानंदमोगी १ श्री

LIBRARY OF THE BOMBAY BRANCH OF THE ROYAL ASIATIC SOCIETY

राम
७८

Digitized with financial assistance from the
Government of Maharashtra
on 11 June, 2017

LIBRARY
ROYAL ASIATIC SOCIETY